



The Bernstein School of Musical Theater

Via Paolo Nanni Costa 12/6, 40133 Bologna Tel e Fax 051 3140192 - e-mail: segreteria@bsmt.it

C.F. e P.IVA 01980011207

Direzione **Shawna Farrell**

PROGRAMMA DIDATTICO

Anno Accademico 2025/26

Materia: TECNICHE DELLA RESPIRAZIONE

Docenti: Antonella Rondinone

IDONEITÀ

DESCRIZIONE DEL CORSO

In questo corso si impara a sviluppare una respirazione attiva e propriocettiva che sia di sostegno a tutte le attività del performer. Si tratta infatti di uno dei corsi più trasversali, che unisce ed interagisce con le tre discipline: canto, danza e recitazione. È essenziale per la formazione di un performer l'acquisizione di una corretta respirazione, che possa con naturalezza diventare salda e al servizio della performance.

OBIETTIVI GENERALI

Il corso pone come obiettivo il raggiungimento di una respirazione corretta attraverso tecniche di rilassamento e ascolto in primis del proprio corpo, inteso come strumento performativo. In seguito, attraverso esercizi, spostamenti fluidi del corpo e posizioni ben precise si arriverà ad una vera e propria 'sequenza' fatta di respirazioni collegate ad un movimento morbido ed armonioso del corpo. A questo punto si lavorerà sul mantenimento della respirazione naturale anche durante l'emissione vocale, sia parlata che cantata.

ATTIVITÀ DEL CORSO

Il corso si svilupperà in un'ora settimanale per un totale di venticinque ore nell'arco dell'anno. Si consiglia un allenamento costante di quindici minuti al giorno.

PROGRAMMA

PRIMO SEMESTRE

- Introduzione e spiegazione della materia
- Esercizi per sviluppare coscienza di una respirazione naturale
- Tecniche di rilassamento con l'utilizzo di sottofondo musicale appropriato
- Esercizi di respirazione naturale, profonda e lenta per imparare a mettersi in contatto con il proprio strumento/corpo
- Inizio dello studio della 'sequenza'

SECONDO SEMESTRE

- Studio completo della 'sequenza', che gli studenti potranno utilizzare come strumento prezioso per il loro studio a casa, prima di una lezione, di un esame, di una audizione, di uno spettacolo.
- Inserimento di esercizi vocali e riscaldamento della voce dopo la 'sequenza' per completare l'allenamento e lo studio del performer
- Verrà quindi insegnato un 'metodo di studio' e di lavoro che va dalla respirazione, al movimento fluido del corpo, fino ad una serie precisa di vocalizzi.
- Nell'ultima parte dell'anno la lezione si concluderà con l'ascolto da parte della docente di canzoni o di duetti classici che gli studenti avranno preparato per imminenti esami o idoneità.

METODI DI VALUTAZIONE

Il corso prevede il superamento dell'idoneità, che verrà valutata dall'insegnante in base al progresso generale dello studente nell'arco dell'anno. Per superare l'idoneità lo studente dovrà comunque avere almeno l'80% di presenze nell'arco dell'anno. Se lo studente dovesse avere alla fine dell'anno più del 20% di assenze, non potrà avere l'idoneità a prescindere dal progresso fatto durante l'anno.

Metodo di valutazione:

Presenza assidua alle lezioni 20%

Attenzione ed atteggiamento propositivo in classe 20%

Studio a casa e disciplina 20%

Raggiungimento degli obiettivi proposti nella spiegazione del corso 40%

MATERIALI RICHIESTI

- Abbigliamento neutro, comodo, adeguato al lavoro fisico in sala e conforme alle linee guida dell'Istituto
- Quaderno e matita per prendere appunti durante la lezione, in modo da poter creare una sorta di 'diario didattico' da consultare quando si dovrà imparare a studiare da soli
- Tappetino e calze antiscivolo