

IL METODO JAQUES-DALCROZE

La ritmica Dalcroze consente di avvicinarsi alla musica in modo creativo, globale ed effettivo. Essa sviluppa la consapevolezza corporea, le capacità di coordinamento, la musicalità, e le abilità di esecuzione vocali, strumentali e corporee.

Uno dei principi fondamentali della ritmica è la creazione di **immagini motorie** chiare e definitive mediante l'automatizzazione dei ritmi naturali del corpo, e l'identificazione delle azioni muscolari con i movimenti sonori. Quest'immagine motoria è interiorizzata soltanto dopo aver acquisito una consapevolezza corporea, raggiunta mediante una partecipazione attiva, percettiva e globale dell'allievo alle varie esperienze.

La teoria musicale si apprende partendo dalla pratica: l'analisi e la codificazione di un elemento musicale avvengono soltanto dopo averlo sperimentato e studiato attraverso il movimento.

Gli allievi acquisiscono così capacità tecniche ma anche creative ed espressive applicabili in vari campi: quello musicale (esecuzione strumentale, insegnamento), dello spettacolo (danza, teatro), della terapia (musicoterapia, logopedia, psicomotricità).

Particolare attenzione viene data all'aspetto pedagogico: l'insegnante parte sempre dall'allievo e dalle sue capacità, per fare gradualmente nuove proposte. Ogni allievo reagisce e si esprime secondo le proprie possibilità. Questo contribuisce ad instaurare un rapporto di fiducia reciproca e un'atmosfera di serenità, collaborazione e solidarietà nel gruppo.

Questo stile d'insegnamento mette gli studenti in grado di far luce sul loro pensiero, non fornendo soluzioni ma ponendo domande e proponendo particolari esercizi corporei, per sviluppare l'ascolto interiore e la capacità di sentire, di

interiorizzare e proiettare pensieri, sentimenti e capacità d'insieme.

Tra gli **obiettivi educativi** del metodo vi è quello dell'educazione ed armonizzazione del sistema nervoso mediante esercizi definiti di:

- **reazione rapida** : la realizzazione rapida di un'azione (o di una serie di azioni) musicale su un segnale verbale dato o su uno stimolo che può essere *uditivo, visivo, tattile*.
- **incitamento** : l'uso di energia per stimolare ulteriormente un'azione fisica o mentale senza spezzare, interrompere o perdere il tempo (musicale)
- **inibizione**: l'uso di energia per bloccare o trattenere un processo fisiologico o mentale senza interrompere il tempo.

Questo tipo di esercizi, oltre a richiedere all'allievo una partecipazione percettiva e attiva globale dove attenzione, (ciò che stimola) e intenzione (ciò che decidi di fare in rapporto allo stimolo) si adattino all'azione - in altre parole al movimento che si sta eseguendo - contribuisce a creare una corrente continua tra sistema afferente, (informazione al cervello) ed efferente (informazione dal cervello al corpo)

Gli **obiettivi musicali** generali sono:

- a. Sviluppare una comprensione degli elementi musicali quali pulsazione, tempo, ritmo, metro, durata, frase, forma ecc. **mediante il movimento.**
- b. Stabilire collegamenti tra il corpo, la mente e la sfera emotiva dell'allievo, finalizzati ad **una percezione ed assimilazione profonda di tutti gli elementi musicali.**

Il metodo è stato creato da **Emile Jaques-Dalcroze** (1865-1950) compositore, improvvisatore e pedagogo, le cui idee

rivoluzionarie hanno influenzato la musica, la danza ed il teatro del ventesimo secolo.

Il metodo, in continuo sviluppo nei Conservatori ed Università europee e di tutto il mondo, sta trovando applicazioni non soltanto nell'ambito dell'esecuzione musicale e delle arti plastiche e visive ma anche in quello terapeutico e dell'educazione generale.

Oltre a contribuire ad accelerare e a facilitare lo studio di uno strumento, a superare le difficoltà ritmiche, tecniche e di vario tipo che lo strumento presenta - di educare quindi *alla musica* - la ritmica educa anche *mediante la musica*.

Nel mettere al centro del lavoro l'aspetto percettivo vi è la convinzione che più canali sensoriali utilizza, meglio si permette all'allievo di usare le proprie aree cerebrali di associazione, per integrare e registrare un'informazione con memorie diverse. In altre parole, in ogni lezione di ritmica vi è la partecipazione di più aree e funzioni nell'esecuzione del compito (uditiva, motoria, visiva spazio-temporale, ecc.)

**Tratto da “Senso e percezione” di Ava Loiacono-Husain
Copyright Alta Scuola Pedagogica, Locarno.**