

CONSERVATORIO DI MILANO

Laboratorio “Armonia tra Suono, Emozione e Movimento: Un Viaggio Esplorativo per Musicisti” – Prof.ssa Stefania Belotti & M° Fabio Moretti

19 Settembre 2026 – ore 8.15-13.15 – Sala Coro

26 Settembre 2026 – ore 8.15-13.15 – Sala Coro

03 Ottobre 2026 – ore 8.15-13.15 – Aula 108

10 Ottobre 2026 – ore 8.15-13.15 – Sala Coro

Referente Prof.ssa Stefania Belotti - (stefania.belotti@consmilano.it)

Obiettivi:

Esplorare la connessione tra musica, emozioni e movimento; Sviluppare la consapevolezza corporea e l'espressività attraverso la musica; Migliorare la capacità di gestire le emozioni e lo stress; Promuovere la creatività e l'improvvisazione musicale; Rafforzare il senso di comunità e collaborazione tra gli studenti

Programma:

Sabato 1:

Introduzione al progetto e alle sue finalità; Esplorazione delle emozioni attraverso la musica: ascolto attivo, discussione e riflessione; Esercizi di movimento e body percussion per connettersi con il proprio corpo e la musica

Sabato 2:

Improvvisazione musicale guidata: esplorare le emozioni attraverso la creazione sonora spontanea; Esercizi di respirazione profonda per favorire il rilassamento e la concentrazione; Creazione di una improvvisazione musicale collettiva basata sulle emozioni emerse

Sabato 3:

Danza e movimento espressivo con la musica: liberare le emozioni attraverso il corpo; Esercizi per esplorare la drammaticità e l'espressività vocale; Riflessione sul ruolo delle emozioni nella performance musicale

Sabato 4:

Integrazione di musicoterapia, emozioni e corpo nella propria pratica musicale; Presentazione di progetti individuali o di gruppo; Conclusione del progetto e condivisione di feedback

Metodologia:

Il progetto si svolgerà in un'atmosfera di apertura, accoglienza e rispetto reciproco. Le attività saranno condotte in modo esperienziale e creativo, utilizzando diverse tecniche di musicoterapia, movimento corporeo e teatro musicale. Si favorirà la partecipazione attiva e il contributo di tutti gli studenti.

Conclusione:

Questo progetto offre un'occasione unica agli studenti del Conservatorio di esplorare la profonda connessione tra musica, emozioni e corpo. Attraverso un percorso esperienziale e creativo, i partecipanti potranno sviluppare la propria consapevolezza personale, migliorare la gestione delle emozioni e rafforzare le proprie capacità espressive. Il progetto si propone inoltre di creare un senso di comunità e collaborazione tra gli studenti, favorendo la crescita personale e professionale di ciascuno.

Iscrizioni tramite i seguenti link Jotform:

Studenti interni: <https://form.jotform.com/223053017219345>

Studenti esterni: <https://form.jotform.com/223053044978357>

Termine iscrizioni: 01 Settembre 2026 - ore 23.59