

Enzo Porta si è affermato come uno dei violinisti più sensibili alla ricerca didattica e alla diffusione della letteratura del '900. A quest'ultima si è dedicato da sempre, col Quartetto di Milano e con la Cameristica Italiana, con programmi per violino solo, per violino e pianoforte, per violino e flauto e con una attività intensa che lo ha portato in Europa, in Canada, negli Stati Uniti, in Medio Oriente e in Sud America. Nel corso della sua attività Enzo Porta ha suonato per molte Società di Concerti e in molte sedi prestigiose. Ha insegnato alla Civica Scuola di musica di Milano, presso i Conservatori di Trento, Parma e Bologna, ed ha tenuto numerosi seminari rivolti alla didattica ed alla musica del '900. Ha pubblicato: I suoni armonici, nuova classificazione (Ricordi 1985); I movimenti fondamentali della mano sinistra (Rugginenti 1995); Il Violino nella Storia (EDT 2000); I 24 Capricci di Pietro Antonio Locatelli (Schott 2005), oltre a numerosi articoli e saggi.

Carlo Costalbano. Diplomatosi in violino presso il Conservatorio di Brescia con Anna Bonomelli, ha svolto attività professionale presso l'Orchestra Haydn di Bolzano e l'Orchestra giovanile italiana. Presso la Scuola di Fiesole, dove ha frequentato i corsi di qualificazione professionale per orchestra, ha intrapreso lo studio della viola con F. Merlini e P. Farulli, perfezionandosi poi all'Accademia Chigiana di Siena con Jurij Bashmet, con borsa di studio e diploma di merito. Ha collaborato con importanti istituzioni italiane (Teatro alla Scala, Filarmonica della Scala, Festival dei due mondi di Spoleto, Gasparo da Salò di Brescia, Orchestra Haydn di Bolzano, Aram di Roma) e svolto attività cameristica in varie formazioni italiane. Come solista ha eseguito la Sinfonia concertante K 364 di Mozart con il violinista M. Quarta, Premio Paganini 1991 e l'Orchestra Haydn di Bolzano. E' docente di Musica di insieme e Quartetto d'archi al Conservatorio di Genova. Suona una viola cremonese G. Ceruti del 1813.

MODALITÀ DI PARTECIPAZIONE:

Il seminario è aperto agli studenti del Conservatorio di Musica di Como (corsi tradizionali, corsi accademici) e a corsisti esterni.

Saranno accettati corsisti attivi (interni ed esterni) a discrezione dei docenti.

Il seminario è gratuito per studenti interni. Per gli studenti del Conservatorio di Como il seminario dà diritto a CFA. La frequenza alle lezioni è obbligatoria.

La quota di partecipazione per gli studenti esterni al Conservatorio di Como, è fissata in:

Studenti esterni	Euro 20,00 (per ogni giornata singola)
	Euro 50.00 (per l'intero corso)

Per quanti intendessero partecipare in qualità di studenti attivi è necessario portare il proprio strumento con un programma esecutivo già preparato. A tutti i partecipanti verrà rilasciato un attestato di partecipazione.

Per partecipare al seminario è obbligatorio compilare il modulo di iscrizione reperibile presso:

- segreteria del Conservatorio di Musica «G.Verdi» di Como
- sito web www.conservatoriocomo.it



seminari 2011

**Conservatorio di Musica
«G. Verdi» di Como**

Istituto di Alta Formazione Musicale

LA DIDATTICA VIOLINISTICA IN RELAZIONE ALLE TECNICHE CORPOREE



DOCENTI

**ENZO PORTA
CARLO COSTALBANO**

Sabato 15 gennaio 2011

h. 10.00-13.00/14.00-17.00, Auditorium

Sabato 22 gennaio 2011

h. 10.00-13.00/14.00-17.00, Auditorium

Sabato 12 febbraio 2011

h. 10.00-13.00/14.00-17.00, Auditorium

*Conservatorio di Musica «G. Verdi»,
Via Cadorna 4 - Como*

STRUTTURA DEL SEMINARIO

Il seminario si sviluppa nell'arco di due mesi e prevede tre appuntamenti della durata ciascuno di 6 ore.

Alla fine del seminario verranno date ai partecipanti effettivi le dispense sulle tematiche corporee trattate.

METODOLOGIA UTILIZZATA

Il seminario, che presenta percorsi applicati, utilizza esemplificazioni e si basa su una significativa interazione con i partecipanti.

DESTINATARI

Allievi dei Conservatori: Corso Ordinamentale, Trienni, Bienni, A77.
Docenti delle Scuole di Musica, Scuole Medie ad Indirizzo Musicale, Licei Musicali, I.M.P., Conservatori.
Operatori di dinamica corporea, Terapisti del movimento, Fisioterapisti.
Professori d'Orchestra, Quartettisti, Cameristi. Professionisti.

PRIMA GIORNATA - SABATO 15 GENNAIO 2011

Postura, assetto, movimento. Le tre dimensioni spaziali del movimento strumentale. Dai due archi della mano alla zona cingolo-scapolo-omero: breve percorso anatomico. La propriocezione dei punti di contatto e delle principali articolazioni attraverso il Percorso Costalbano. Introduzione ai percorsi miofasciali. La spirale nell'asimmetria del violino e della viola. Ri-conoscere i principali punti di connessione (markers Core Integration). Paskhus-Bonomelli: 70 anni di ricerca per la mobilità e la connessione dei punti di contatto. I lavori al pianoforte.

La Mano sinistra

Postura del corpo
Tenuta del violino e della viola. Connessioni miofasciali e spirale nel movimento. Markers principali: scapole, clavicole, sterno, 7ma cervicale.

Posizione del braccio sinistro
Assetto sulle 4 corde Angoli di rotazione. Testa omero e radio: esercizi del Percorso Costalbano (P.C)

Posizione della mano e del pollice
Pressione delle dita sulle corde
L'articolazione. Esercizi P.C: consapevolezza e tattilità punti di contatto.

I cambi di posizione. Esercizi: articolazione omerale e spirale del radio.

La velocizzazione
L'indipendenza delle dita
Le estensioni. Esercizi P.C. per arco trasversale della mano e Paskus/ Bonomelli (P/B) al pianoforte.

La tecnica delle note doppie. Esercizi P/B al pianoforte per gli angoli delle dita.

Il glissato - I tre vibrati. Estensori e flessori: dalle falangi all'avambraccio. Vari esercizi

Tecniche particolari per la mano sinistra

Il pizzicato di m.s.
I suoni armonici Esercizi P/B per l'articolazione delle nocche e la velocità punta dita. Esercizi P.C per il pollice e il palmo.

I suoni acutissimi e la relativa posizione del pollice.

SECONDA GIORNATA - SABATO 22 GENNAIO 2011

Esercizi generali per estendere il movimento ed aumentare l'elevazione dello strumentista attraverso l'uso della forza di gravità e dei vettori di forza(Core Integration). Superare il concetto di rilassamento: la tensegrità. Dall'estensione al rafforzamento attraverso l'utilizzo dei markers nei percorsi miofasciali .

L' Arco - I movimenti fondamentali.

La presa dell' arco Verifica degli angoli falangi /metacarpi - Esercizi P.C e P/B.

L'arcata intera, suddivisione ternaria Markers principali: loro movimento e dell'arco funzione.

I livelli del braccio sulle quattro corde. Propriocezione delle articolazioni, loro funzionalità ed integrazione: esercizi P.C Percorsi miofasciali.

L' arcata ondulata - Il cambio d'arco (radio,) -Il cambio di corda. Scuola franco/belga: asse omero, gomito polso Scuola russa: spirale - Es. P.C

Il parallelismo tra arco e ponticello. La spirale nel micromovimento.

La Dinamica, punti di contatto arco I vettori di forza: dal piede al crine passando dal "centro" (core)
corda. Suddivisioni eguali ed ineguali dell'arco L'appoggio dell' arco nei bicordi, nei tricordi, e nei quadricordi

TERZA GIORNATA - SABATO 12 FEBBRAIO 2011

Ampliamento del Percorso Costalbano per deconnettere le tensioni ed integrare il movimento strumentale. Movimenti isometrici; sovraccarichi muscolari: compensare con i percorsi miofasciali. Utilizzo delle bande elastiche nei percorsi miofasciali (Core Integration). Un percorso alternativo e divertente per aumentare la propriocezione, l'estensione e/o il rafforzamento dello strumentista.

L' Arco - Esercizi particolari

Messa in voce - Il grande staccato - L'arcata immaginaria
Esercizio per le nocche - Il roulè - Esercizi per l'indipendenza della mano destra. Ulteriori esercizi di tecniche corporee verranno affrontati nel corso della lezione in base alle tematiche e alle esigenze dei partecipanti.

I colpi d'arco

Il legato - Il liscio alla corda - Colpi d'arco misti - I salti di corda - Il liscio accentuato - Il portato - Il martellato - Il picchettato alla corda - Il martellato volante - I colpi d'arco saltanti - Le riprese d'arco - Il picchettato volante - Il gettato. Ulteriori esercizi di tecniche corporee verranno affrontati nel corso della lezione in base alle tematiche e alle esigenze dei partecipanti .

BIBLIOGRAFIA:

Enzo Porta *Movimenti fondamentali della mano sinistra* Ed. Rugginenti 2003.
Enzo Porta *Movimenti fondamentali della tecnica dell' arco* Ed. Rugginenti 2007.
Simon Fischer *Basics* Ed. Rugginenti 2001.
Josef DellaGrotte *Manuale del Core Integration* Ed. Aici 2008.
Eduardo Oddone *Anatomia violinistica* Ed. Ricordi 2002.
Thomas W.Myers *Meridiani miofasciali* Ed. Tecniche Nuove 2006.