



Formació d'improvisació musical.

Music for people

A través de la música, el ritme i el moviment, exploració i el joc!

Amb Mary Knysh

Early bird

170 € fins 20 de febrer 2026

190 € fins el 31 de març 2026

A partir del 1 d' abril 210 €

Descompte 30 €: Membres AEMCAT, comunitat ESMUC, comunitat Music for People

14 hores de formació reconegudes pel Departament d'Educació de la Generalitat de Catalunya

BARCELONA 17-18-19 ABRIL . 2026.

Horaris:

Divendres de 18 a 20

Dissabte de 9.30 a 13.30 i de 15.30 a 19.30

Diumenge de 10 a 14

Info i inscripcions:

Enviar un email a seve@sompercussio.cat

Formació en anglès amb traducció consecutiva.

Lloc: ESMUC Escola superior de música de Catalunya

Mary Knysh:

<https://music4wellness.com/about.html>

www.musicforpeople.org

Aquesta divertida i interactiva formació d'improvisació ofereix als participants eines i tècniques per dinamitzar la creativitat i crear connexió a través de la música, el ritme i la improvisació de moviment, la llibertat i, sobretot, d'haver gaudit molt fent música junts. L'objectiu d'aquest taller és proporcionar un entorn inspirador i de suport en el qual cada participant tingui l'oportunitat de descobrir, explorar i expressar la seva pròpia creativitat única, mentre experimenta les alegries d'improvisar i crear dins d'un grup. Les formes i estructures d'improvisació són prou simples com per comprendre amb èxit immediatament, però prou profundes per explorar-les durant tota la vida.

Descobreix com de fàcil i divertit és expressar-te lliurement en so, ritme i moviment.

Experimenta l'alegria d'esdevenir una part integral d'un grup que fa música.

Estructures i activitats senzilles i divertides per apropar el grup a la relació i la creativitat espontània.

Explora el moviment d'improvisació com a eina per a la consciència corporal, la relaxació i l'enfocament mentals i l'escolta intencionada.

Experimenta tot tipus d'instruments en un esdeveniment de creació musical grupal.

Explora l'expressió personal i la relació amb la comunitat mitjançant la connexió poderosa del cos, la veu i els instruments.

La música com a (metàfora) de transformació: organització personal del grup.

Objectius de la sessió:

-Ice Breakers:

Proporcionar eines senzilles de llenguatge rítmic i jocs interactius que trenquin el gel i fan que els participants explorin el procés creatiu de manera col·laborativa.

-Construir comunitat:

Crear sentit de confiança, comunitat i igualtat entre els participants.

-Creació d'equips:

Aprendre a treballar junts de manera més eficaç com a equip.

-Comunicació:

Fomentar diverses formes de comunicació no verbal i d'expressió personal.

-Pensament creatiu/Resolució de problemes:

Convidar a l'exploració del ritme i del procés creatiu d'una manera divertida, relaxada i accessible. Potenciar el pensament creatiu i la resolució de problemes.

-Lideratge:

Explorar les habilitats de lideratge de maneres noves i innovadores

-Transformació:

Reflexionar/informar sobre l'experiència del procés creatiu i establir connexions amb els companys i el creixement personal.

Un esquema i una visió general de la formació:

ESCOLTA: Sintonització i escalfament

CONNEXIÓ: Obertures i ice-breaker

COMUNICAR: Cercles de tambors

COL·LABORA/CREA: Cercles/Conjunts de tambors

INSPIRACIÓ: Ampliant possibilitats i abastant

TRANSFORMAR: Integració, Comprensió i Creixement

Procés de reflexió i debriefing

ESCOLTA (Sintonització i escalfament)

- Respiració per boom / Babble per congelar
- Una respiració per un so
- Ritme del batec del cor

CONNEXIÓ (Obertura i icebreaker)

- Cançó de tambor corporal
- Team Building amb Sticks (i Boomwhackers)
- Joc de noms Grooves
- Groove en moviment
- Diques-ho i toca-hi

COMUNICAR (Fonaments del Cercle de Tambors)

- Converses Musicals
- Eines per a la facilitació
- Joc de la imitació
- Trucada i resposta

COL·LABORAR/CREAR (A partir dels fonaments bàsics)

- Patrons rítmics/solo entrelaçats
- Dobla el teu silenci
- Seguiment de TALA per a solos
- Big Beat: Joc d'accents
- Ús de les idees culturals per a la inclusió, l'expansió

INSPIRACIÓ (Ampliar les possibilitats i arribar)

- Ritmes de llavors
- Joc del Quartet itinerant
- Introducció i integració de la percussió afinada
- Passar el llenguatge de percussió greu a la percussió aguda
- Variacions vocals dins de la configuració del cercle de tambors

TRANSFORMACIÓ (Integració, Comprensió i Creixement)

Procés de reflexió i debriefing

Potser volem donar temps perquè comparteixin els seus sentiments/observacions; Com et sents? Què et sembla que ha funcionat bé? Què canviaries? Que has après?

Caminada GLP

Idees a la pissarra de discussió

Discussió/Preguntes

Paraules de tancament

Com va ser l'experiència per a tu?

Metàfores:

- Diversitat
- Riquesa
- Aportació individual
- Acceptació
- Escolta
- No judici
- Què vas aprendre de tu mateix o del grup?