

Il processo delle compensazioni muscolo - articolari Lezione

La principale compensazione da praticare a carico dello strumento sta nella scelta delle sue dimensioni. L'allievo che non ha raggiunto il quattordicesimo anno di età normalmente, salvo casi eccezionali, è sottodimensionato nell'uso di uno strumento con la tastiera di 65 centimetri.

E' necessario quindi consigliare l'impiego provvisorio di strumenti ordinariamente definiti tre quarti al fine di evitare una pratica scorretta e i danni, spesso irreparabili, che ne conseguono a carico del vulnerabile apparato osseo del giovane apprendista.

Talvolta può capitare che al fisico perfettamente sviluppato non corrisponda un'adeguata crescita delle mani e delle dita. Anche in questo caso è possibile fornire all'allievo un'adeguata operatività restringendo la distanza che intercorre tra la prima e la sesta corda.

E' infatti possibile sostituire le parti mobili del capotasto e del ponticello con altri adeguatamente predisposti per la riduzione, in via provvisoria, di qualche millimetro dell'ampiezza verticale delle sei corde.

Quasi tutti i tipi di strutture corporee dell'essere umano permettono lo studio e il completo apprendistato nella tecnica chitarristica fatta eccezione per quell'individuo affetto da obesità. Infatti il volume circostante allontana lo strumento dal tronco e riduce ogni tipo di operatività e di controllo nei movimenti.

La forma ad otto della chitarra e le sue spigolosità, contrariamente a quanto potrebbe sembrare, non sono in contrasto con la figura del nostro corpo se adeguatamente posizionato nel rispetto di specifiche angolazioni.

L'allievo si siederà sul ciglio della sedia e nel poggiare il piede sinistro sul poggiatesta ruoterà il busto adeguandolo alla predisposta angolazione di entrambi gli accessori.

La chitarra, collocata tra le due gambe, fornirà al fisico una serie di stimoli e di suggestioni che dovranno essere ampiamente analizzati, discussi e compresi.

L'appoggio ad incastro sulla coscia sinistra permetterà allo strumento di ruotare attorno al suo baricentro per una escursione anche superiore ai 45 gradi. La scelta dell'inclinazione collocherà la tastiera, cioè il principale piano di lavoro del chitarrista, dove si condensa il maggiore stress fisico e mentale, nello spazio circostante. L'adeguatezza di questa scelta garantirà sul prosieguo e sul successo degli studi intrapresi.

L'escursione dinamica della chitarra, in questa fase, presenta un ulteriore elemento di compensazione. Se il busto è disposto correttamente, cioè eretto e perpendicolare alla sedia, lo strumento dalla sua coatta ortogonalità potrà inclinarsi, con una breve angolazione, verso l'esterno. Tale pratica se ben applicata potrà risolvere numerosi problemi dovuti a deficienze strutturali che, anche se raramente, si presentano a carico della conformazione ossea delle dita e del metacarpo di entrambi le mani.

La compensazione e le sue modalità applicative:

- 1) agli accessori, tramite il loro ridimensionamento;**
- 2) allo strumento, tramite le inclinazioni e le ortogonalità;**
- 3) alla postura, con la corretta individuazione dei punti di contatto dello strumento con il corpo dell'allievo.**

This page comes from

Guitar School:

<http://www.guitaronline.it>

The URL for this page is:

<http://www.guitaronline.it/modules.php?name=Content&pa=showpage&pid=11>