

Què és la percussió corporal?

La percussió corporal és la utilització del **cos com a instrument**, permetent fer tota mena de **combinacions sonores**. És la **unió entre la música i la dansa** mitjançant la qual podem crear tants ritmes com la nostra **creativitat** i **domini del cos** ens permeti. És una de les **manifestacions musicals** més primitives que existeix, i l'ús de la seva pràctica passa des de l'àmbit interpretatiu, el pedagògic, el lúdic fins al terapèutic.

Quins beneficis aporta?

- Afavoreix la consciència corporal.
- Millora la memòria.
- Permet treballar l'atenció i la concentració.
- Derperta la creativitat.
- Potencia la confiança en un mateix/a.
- Treballa el ritme.
- Permet treballar les emocions.
- Possibilita que movem el cos.
- Afavoreix l'audició.
- Potencia l'autoconeixement.
- Permet millorar la motricitat.
- Afavoreix les relacions socials.
- Ajuda a alliberar tensions.
- Afavoreix postures corporals correctes.
- Possibilita que s'expressin les emocions.

Quins tutorials podem fer servir?

<https://www.youtube.com/watch?v=t5H3d6SQD8Y>

<https://www.youtube.com/watch?v=IPbrJdO2kPE&t=168s>

https://www.youtube.com/watch?v=zkgYMgMN9_U

https://www.youtube.com/watch?v=UkFs5glUMjw&feature=emb_logohttps://www.youtube.com/watch?v=3XwI46x2Iwk

<https://www.youtube.com/watch?v=UQ34zIP3gsE>

https://www.youtube.com/watch?v=6U_5OBxK_O0