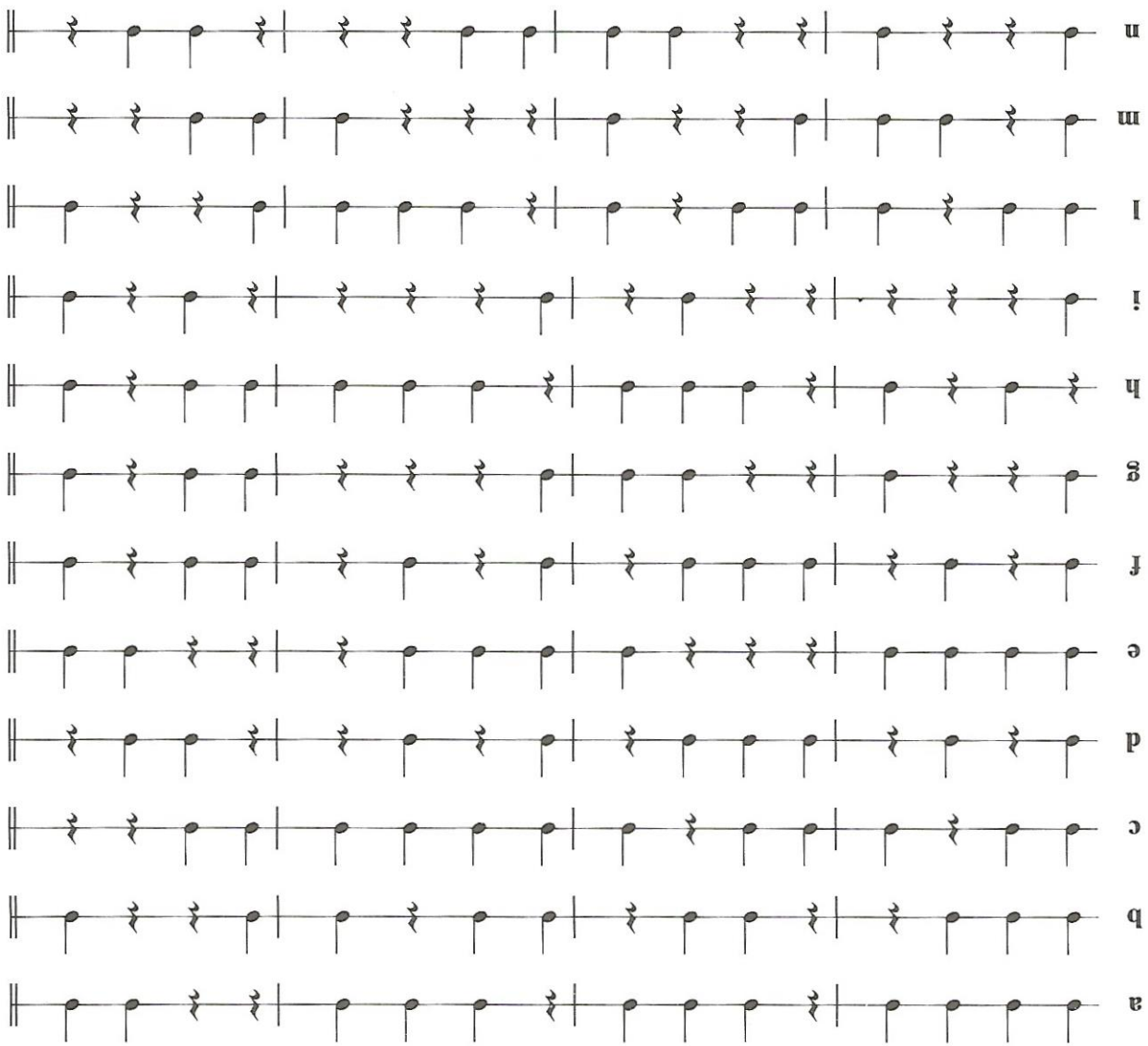


## ESERCIZI PREPARATORI

1. Imposta il tuo metronomo a varie velocità e segui le sue scansioni battendo le mani in modo sincronizzato con il metronomo.
2. Scegli una canzone che conosci. Cantala seguendo il metronomo: prima a 76, poi a 100, poi a 132.
3. Accompagna con uno strumento a percussione i brani proposti all'ascolto nel tuo CD, scandendo le pulsazioni!

**4. Esegui i seguenti ritmi. Puoi farlo in più modi:**

- parlando su una sillaba come "ta"
- cantando sulle note della scala o su quelle che preferisci
- battendo le mani, o percuotendo una superficie
- suonando sul tuo strumento, sulle note che preferisci



**5.** Leggi i ritmi precedenti a ritroso, partendo dall'ultima nota. Questa direzione di lettura si chiama **moto retrogrado**, o **cancrizzante** (dal latino "cancer" = gambero).