

Gentile Dirigente, gentile Referente per la Formazione,

si rinnova con la presente l'informazione relativa al Corso Estivo di formazione in oggetto, rivolto a docenti di **scuola dell'infanzia, primaria e di sostegno**, che si terrà a **JESI** nei giorni **12, 13 e 14 luglio 2019** e vi chiediamo cortesemente di diffondere il programma tra i docenti dell'Istituto, essendoci ancora posti disponibili.

Si tratta del corso **“La porta della Felicità- Vivere lo Yoga con i bambini”**, riconosciuto dal MIUR per l'a.s. 2018-'19.

Le finalità del corso di formazione rientrano negli ambiti indicati dal Miur nella Direttiva n.170/2016, in particolare quelli della **“gestione della classe e problematiche relazionali”**, **“bisogni individuali e sociali dello studente”**, **“ inclusione scolastica e sociale”**.

La formazione offre ai docenti l'opportunità di **sperimentare direttamente laboratori da condividere a scuola con i propri alunni**, di conoscere **principi- base e metodi della pedagogia Yoga** e di imparare a **progettare nuovi percorsi** a sostegno di un armonico sviluppo psico-fisico, emotivo e relazionale di bambini e ragazzi.

Ringraziandola per l'attenzione, porgiamo cordiali saluti,  
Graziella Fioretti e Mauro Gioia  
formatori ente **“Educazione Vita Equilibrata”**

---

**Corso di Formazione “LA PORTA DELLA FELICITA’- VIVERE LO YOGA CON I BAMBINI”**  
**Corso riconosciuto MIUR per docenti di scuola dell'infanzia, primaria e di sostegno**  
**Codice identificativo corso su Piattaforma Sofia: 45594**

**Sede:** Associazione **“Educazione Vita Equilibrata”**, via Donatori di sangue 6, JESI (AN)

**Date:** 12, 13 e 14 luglio '19

**Orari:** 12 luglio: 9-13 e 15- 18,30

13 luglio: 9-13 e 15- 18,30

14 luglio: 9- 13 e 15- 18.

**Finalità:** Il corso di formazione ha un'impronta fortemente pratica e laboratoriale; si basa sulla sperimentazione pluriennale condotta dalla formatrice Graziella Fioretti nel suo ex Istituto di titolarità a Jesi (An) e riportata nel libro **“La porta della Felicità- lo Yoga in classe per educare”** La Meridiana Ed., 2007. Il corso offre ai docenti:

- conoscenze di base relative alla pedagogia Yoga
- efficaci e sperimentati strumenti educativi e didattici volti a sostenere lo sviluppo globale del bambino e del ragazzo e l'educazione ai valori della convivenza a scuola
- pratiche per aiutare gli studenti nell'autocontrollo e nella gestione delle emozioni, per promuovere il benessere individuale e di gruppo, prevenendo il disagio nelle sue varie manifestazioni
- la possibilità di sperimentare su di sé la pratica della meditazione, per essere calmi e centrati nella relazione educativa, sviluppando la capacità di ascolto e l'empatia

**Caratteristiche della proposta:** L'approccio educativo proposto aiuta a prevenire il disagio ed incrementa il benessere e l'armonia della sezione o del gruppo classe, specie attraverso la

conquista, da parte dei bambini, dell'autoregolazione emotiva, essenziale indicatore della maturità sociale. Gli stimoli provenienti dalla pedagogia Yoga sono integrati con gli strumenti educativi mutuati dalla Relazione di aiuto, in un'ottica che sostiene la crescita globale. La disciplina dello yoga assicura agli studenti esperienze in cui corpo, mente e sentimenti si muovono insieme, recuperando unitarietà attraverso momenti di gioco, di silenzio e di ascolto di sé stessi. L'insegnamento degli asana (posizioni yoga) rappresenta solo una parte del corso, che integra l'arte, il canto e la musica, la manualità creativa. Particolare attenzione viene anche dedicata alle proposte di tipo socio-affettivo e all'approccio interculturale, valorizzato attraverso l'utilizzo di storie incentrate sui valori, provenienti da svariate culture e tradizioni.

### **Gli obiettivi della formazione:**

- Presentare valori e qualità umane universali (pace, calma, amicizia, tolleranza, coraggio, cooperazione ...) alla base dello sviluppo del carattere, attraverso l'attività ludica
- Vivere su sé stessi l'esperienza dello yoga, del rilassamento e della meditazione
- Presentare le posizioni yoga, il rilassamento, gli esercizi di concentrazione, visualizzazione e meditazione in un modo divertente e dinamico, vicino allo sviluppo psicologico del bambino
- Usare le storie, l'improvvisazione teatrale, la musica e il canto, l'arte per aiutare i bambini e i ragazzi a conoscersi più in profondità e a condividere i sentimenti
- Comprendere i bisogni individuali degli studenti e creare una relazione amorevole e profonda
- Aiutare gli alunni ad essere più attenti, sicuri di sé e aperti agli altri
- Acquisire alcuni strumenti per la gestione della disciplina nei gruppi, sperimentando la connessione profonda, la guida amorevole, l'assertività e l'ascolto.
- Guidare adeguatamente la soluzione dei conflitti: tecniche di problem- solving per insegnare a fare la pace

**Durata:** il corso ha una durata di 28 ore, di cui 22 in presenza e 6 di apprendimento a distanza. I materiali di studio e le esercitazioni saranno accessibili con password dal sito: [www.vitaequilibrata.it](http://www.vitaequilibrata.it)

**Destinatari:** il corso è aperto a docenti di scuola dell'infanzia, primaria e di sostegno; al termine del corso, a seguito del completamento di un questionario in uscita da parte dei docenti, sarà rilasciato un attestato delle ore formative svolte.

**Costo:** il corso ha un costo di 240 € ed è accessibile con la Carta del Docente. Per generare il bonus va selezionata la dicitura **“Corsi riconosciuti ai sensi della Direttiva 170/2016”**.

**Per iscriversi:** l'iscrizione va effettuata in Piattaforma Sofia e perfezionata completando e sottoscrivendo il modulo allegato, da inviare agli organizzatori, unitamente al codice del Bonus; **le iscrizioni vanno effettuate entro il 30 giugno '19.**

**Contatti:** info@vitaequilibrata.it; 329.7453084; 366.5477757

**Formatori:** Graziella Fioretti, insegnante di scuola primaria da più di 30 anni, ha integrato i principi e i metodi della pedagogia Yoga nel suo lavoro con i bambini nella scuola ed è autrice del libro “La porta della felicità- lo yoga in classe per educare” ed. La Meridiana, Bari. Conduce regolarmente incontri di Yoga e Creatività per bambini e corsi di formazione per insegnanti e genitori basati sul sistema “Educazione Vita Equilibrata”. Mauro Silvestro Gioia è docente di matematica nella scuola

secondaria di II grado da 30 anni. Ha fatto conoscere e sperimentare lo Yoga a centinaia di ragazzi nelle scuole dove ha insegnato e in altre dove ha tenuto corsi e seminari di Yoga e meditazione per gli studenti e per gli insegnanti. Conduce dal 2015 una sperimentazione annuale basata sullo Yoga e la meditazione, rivolta a docenti e studenti dell'Istituto "Morea Vivarelli" di Fabriano (An), sua scuola di titolarità. Sono entrambi insegnanti di meditazione Yoga secondo gli insegnamenti di Paramhansa Yogananda, autore del noto classico spirituale "Autobiografia di uno Yogi". Sono esperti in Counseling e Relazione di aiuto secondo l'approccio di Carl Rogers e Formatori Effectiveness Training – metodo Gordon (Insegnanti Efficaci, Genitori Efficaci, Giovani Efficaci).

**EDUCAZIONE VITA EQUILIBRATA**

MODULO DI ISCRIZIONE AL CORSO DI FORMAZIONE

**“La Porta della Felicità – Vivere lo Yoga con i Bambini”**

***c/o sede associazione “Educazione Vita Equilibrata”  
via Donatori di sangue 6, JESI (AN)***

Il corso, riconosciuto MIUR, ha la durata di 28, di cui 22 in presenza e 6 online

**FORMAZIONE IN PRESENZA (22 h):**

**Date:** 12, 13 e 14 luglio '19

**Orari:** 12 luglio: 9-13 e 15- 18,30; 13 luglio: 9-13 e 15- 18,30; 14 luglio: 9- 13 e 15- 18.

**FORMAZIONE ONLINE (6 h):** Materiale di studio e tracce di percorsi didattici da proporre in classe; il materiale sarà reso disponibile ai corsisti a conclusione del percorso in presenza, sulla piattaforma online del sito [www.vitaequilibrat.it](http://www.vitaequilibrat.it). Al termine di tutte le fasi del corso e a seguito della compilazione di un questionario in uscita i corsisti riceveranno l’attestato di completamento delle attività formative.

**IL SOTTOSCRITTO**

Cognome ..... Nome .....

Luogo di residenza ..... Provincia ..... CAP .....

Via/Piazza, n..... Tel

.....

E-mail

.....

Istituto di titolarità:

.....

Scuola di servizio:

.....

**CHIEDE L'ISCRIZIONE AL CORSO**

" La Porta della Felicità – Vivere lo Yoga con i Bambini" organizzato dall'associazione "Educazione Vita Equilibrata"

**E SI IMPEGNA A:**

- inviare il presente modulo compilato in ogni sua parte e il codice del bonus entro il 30 giugno 2019 secondo le modalità previste dalla Carta del Docente.

Data .....

.....

Firma