

## Programma minicorso di formazione yoga dell'età evolutiva a Rovigo

**Monte orario: 46 ore da suddividere in 6 giorni** (se vuoi gli allievi possono aggiungere un'altra tranche di 46 ore concludendo l'anno prossimo con un altro intensivo o in altri 3 weekend lunghi. In questo caso avrebbero anche l'attestato Aipy). Comunque questa prima tranche sarà abbastanza densa da avere un senso anche da sola abbinata alla vostra formazione.

**Periodo:** da lunedì 15 luglio a sabato 20 luglio

**Descrizione:** Il programma **YogaperCrescere**™ è nato dall'esperienza di Clemi Tedeschi, insegnante di scuola primaria dal 1978 e di yoga dal 1986, pioniera dello yoga per l'età evolutiva e la disabilità, autrice di *Piccolo Yoga* (Macroedizioni 2002- Riedizione italiana nel 2016 e francese nel 2017), di *Piccolo manuale di yoga per bambini* (ed. Mondadori 2018) e della serie *Cucciolo Yoga* (C. Tedeschi e M. Falabella ed. 2018). Le attività parallele di insegnamento (scuola e yoga) e di formazione insegnanti, sono supportate dalla ricerca costante dei principi essenziali che connettono lo yoga alla pedagogia odierna più illuminata. Ciò l'ha condotta ad ampliare il progetto *Piccolo Yoga* estendendolo a tutte le età dello sviluppo. Grazie ai suoi allievi il progetto di inserimento nelle scuole si è diffuso in varie regioni e in tutti gli ordini di scuola ed è confluito nel programma di formazione **YogaperCrescere**™.

- Nuova visione educativa: il programma è caratterizzato dall'equilibrio tra i principi tradizionali, cui la pratica yoga è ispirata, e un ideale di nuova educazione per le future generazioni inteso a costruire un ponte tra Oriente e Occidente e tra diverse culture.
- Centralità dell'allievo: in questa visione il bambino e il ragazzo, nella loro interezza, corporemente-anima, sono al centro del processo di trasmissione, non la disciplina, né la tecnica in sé.
- La relazione tra adulto e allievo e la sintonia del gruppo sono oggetto di grande attenzione, Vi si dedicano momenti di riflessione di auto-osservazione guidata rivolti all'adulto educatore.
- Le caratteristiche specifiche dello yoga per l'età evolutiva sono i seguenti:
  1. La selezione di attività e contenuti adatti ad ogni fase dello sviluppo distingue l'approccio per adulti (più tradizionale e individuale) da quello con bambini e ragazzi (più ludico e improntato alla socialità).
  2. La pratica sviluppa abilità senso-motorie, comunicative, creative e cognitive utili anche in casi di bisogni speciali (laboratori interculturali e disturbi dell'apprendimento).
  3. Le attività sono mirate a una relazione armoniosa con il gruppo, che produce maggior consapevolezza di sé, delle proprie emozioni, autocontrollo, autostima ed empatia.
- In sintesi Yoga per Crescere è un progetto rispettoso sia dei principi essenziali della disciplina indiana sia delle caratteristiche dell'allievo e del contesto educativo, socio-culturale in cui vive. In questa visione la pratica yoga è il motore che promuove il benessere fisico, la stabilità emotiva, lo stimolo intellettuale, l'apertura del cuore e anche la crescita spirituale.
- Valori aggiunti: team docenti, sinergia degli interventi, impronta pedagogica, coerenza di contenuti

Bozza di programma:

Data	Sede	Orari	Docenti	Contenuti
<b>Lunedì 15 luglio 2019</b>	<b>Rovigo</b>	9.30/12.30 14.00/19.00	Luca..... C. Tedeschi	Psicologia dello sviluppo: l'infanzia Introduzione didattica y. età evolutiva e lab. Scuola infanzia
<b>Martedì 16 luglio 2018</b>		9.00/13.00 14.30/18.30	C. Tedeschi C. Tedeschi	Didattica yoga - Scuola primaria Didattica yoga - Scuola primaria
<b>Mercoledì 17 luglio 2019</b>		9.00/13.00 14.30/16.30 16.30/18.30	C. Tedeschi C. Tedeschi E. Menegatti	Didattica yoga - preadolescenza Didattica multietà (centri yoga) Laboratorio Yoga Family
<b>Giovedì 18 luglio 2019</b>		9.00/13.00 14.30/18.30	E. Cevro Vukovic E. Cevro Vukovic	Didattica multietà (centri yoga) Didattica multietà (centri yoga)
<b>Venerdì 19 luglio 2019</b>		9.00/13.00 14.00/18.00	E. Cevro Vukovic E. Menegatti	Laboratori tematici (intercultura, sostenibilità) Laboratorio Yoga Family
<b>Sabato 20 luglio 2019</b>		10.00/13.00 14.30/17.30	(vostra psicologa) (vostra arteterapeuta)	Psicologia preadolescenza Laboratorio Yoga e arte o arteterapia