



**Progetto di formazione
per Insegnanti ed Educatori
"Educazione Biocentrica"**

**Corso riconosciuto per la formazione del
comparto scuola dal Miur**

Decreto Dipartimentale del 26/07/2018

Finalità generale

L'applicazione del sistema Biodanza® nelle istituzioni educative ha lo scopo di migliorare la qualità della vita all'interno del sistema scolastico attraverso una metodologia esperienziale che favorisce l'integrazione e lo sviluppo dei potenziali sani di ciascuno, con particolare riferimento all'espressione affettiva, creativa e alla comunicazione interpersonale.

La Biodanza® si propone nelle istituzioni scolastiche come Educazione Biocentrica con lo scopo di integrare l'apprendimento e la conoscenza cognitiva con i linguaggi del corpo e dell'emozione, al fine di facilitare uno sviluppo globale ed armonico del bambino.

Questa metodologia favorisce profondamente i processi di apprendimento, di comunicazione e di consapevolezza di sé.

Cos'è la Biodanza®

La Biodanza® è nata nel 1965 a partire dalla ricerca e dall'esperienza personale di Rolando Toro Araneda, psicologo e antropologo cileno. Nel 1982 egli fonda la prima Scuola di Biodanza® del mondo a Fortaleza (Brasile). In seguito si creano altre scuole e il movimento mondiale di Biodanza si espande nel mondo.

Il Sistema Biodanza® trova le sue fondamenta nelle scienze che riguardano la vita, in particolare nella biologia, nella fisiologia, nelle neuro-scienze e nelle leggi universali che conservano i sistemi viventi e che rendono possibile la loro evoluzione.

Il termine Biodanza deriva da Bios, dal greco, che significa Vita e danza nell'accezione di movimento integrato con l'emozione: Biodanza è pertanto la Danza della Vita.

Biodanza® ed Educazione Biocentrica

La Biodanza® si inserisce in un progetto denominato Educazione Biocentrica il quale parte da un nuovo paradigma delle scienze umane che è il Principio Biocentrico.

Il Principio Biocentrico pone il rispetto alla vita come centro e punto di partenza di tutte le discipline e comportamenti umani; ristabilisce la nozione di sacralità della vita.

Biodanza® è da questo punto di vista, una poetica del vivente, fondata nelle leggi universali che conservano e permettono l'evoluzione della vita. Tutte le attività di Biodanza® si orientano verso la risonanza con il profondo e commovente fenomeno della vita.

Obbiettivi dell'Educazione Biocentrica

- Integrazione e sviluppo dei potenziali genetici attraverso l'espressione delle emozioni in un contesto di ascolto non giudicante;
- Trasformazione in espressione creativa di tutte le emozioni che creano conflitto, disagio e paure;
- Sviluppo della connessione con sé stessi, con gli altri e con la natura-contesto;
- Sviluppo della Vitalità, della Creatività e dell'Affettività;
- Integrazione ritmico-motoria ed affettivo-motoria individuale e di gruppo;
- Sviluppo della capacità di comunicare in modo sano all'interno del gruppo;
- Autoregolazione tra azione e riposo;
- Aumento dell'autostima personale;
- Accettazione delle diversità (di genere, interculturale, disabilità,..);
- Percezione dell'unicità di ciascuno come valore assoluto.

Metodologia Didattica

La metodologia della Biodanza® si articola sull'integrazione tra musica, movimento e il vissuto (vivencia). Questi tre elementi formano un'insieme organizzato le cui componenti sono inseparabili, poiché la funzionalità dell'insieme richiede la partecipazione simultanea di ciascuna di esse. La coerenza delle relazioni tra musica, movimento ed esperienza assicura l'efficacia del metodo.

La **musica** è un linguaggio universale e in Biodanza® ha la funzione essenziale di evocare vissuti emozionali. Le musiche utilizzate passano attraverso lo studio dei loro contenuti emozionali, finalizzato alla valutazione degli effetti organici che promuovono e del tipo di sensazioni che evocano.

I **movimenti** naturali dell'essere umano (camminare, saltare, stiracchiarsi,...), i gesti connessi ai cosiddetti "riti associativi" (dare la mano, abbracciare, cullare, accarezzare,..) e i gesti archetipici costituiscono i modelli naturali su cui vengono impostati gli esercizi di Biodanza.

La **vivencia** è l'esperienza vissuta con grande intensità da un individuo nel momento presente, che coinvolge la cinestesia, le funzioni viscerali ed emozionali.

Obbiettivi Generali per gli insegnanti/educatori:

Gli obbiettivi di base nel rapporto educatore/allievo che si prevede attivare sono:

- Introduzione di nuove modalità di intervento comunicativo con gli allievi;
- Ottimizzare i tempi di intervento (apprendimento e comunicazione) attraverso la comprensione del canale con il quale ogni allievo si comunica (uditivo, visivo, tattile, cinestesico).
- Trasmettere fiducia al bambino attraverso l'empatia;
- Sostenere i limiti richiesti senza l'uso del castigo;
- Offrire al bambino la possibilità di essere responsabile dei propri gesti, pensieri ed emozioni;
- Stimolare l'istinto del gioco come la possibilità di scoprire nuove modalità di apprendimento e di comunicazione, trasformando l'interazione in uno scambio leggero e divertente e in conseguenza motivante

Argomenti da sviluppare durante il percorso

UF 01 L'Educazione Biocentrica Totale ore: 4

Contenuti: i principi e gli obiettivi dell'Educazione Biocentrica; il Principio Biocentrico, laboratorio.

UF 02 La Biodanza Totale ore: 4

Contenuti: origine e storia della Biodanza, aspetti fisiologici, aspetti biologici e psicologici, laboratorio.

UF 03 La metodologia della vivencia Totale ore: 4

Contenuti: integrazione ritmico-motoria ed affettivo motoria, individuale e di gruppo, autoregolazione, laboratorio.

UF 04 Sviluppo dell'identità Totale ore: 4

Contenuti: agire sulle potenzialità di ogni allievo, espressione e rinforzo dell'identità, laboratorio

UF 05 Integrazione Totale ore: 4

Contenuti: integrazione al gruppo, sviluppo della capacità di partecipazione, condivisione e collaborazione, laboratorio.

UF 06 Ricerca-azione Totale ore: 5

Contenuti: Pianificare, Agire, Osservare-Monitorare, Riflettere-Valutare-
Ri/Pianificare