



ID SOFIA
74208

CORSO DI FORMAZIONE DI YOGA

Rivolto ai docenti delle scuole primaria, secondaria di primo e secondo grado, riconosciuto dall'U.S.R. Lazio con Decreto del 16/05/2022 n. 471

Yoga: esperienza diretta e applicazione nell'insegnamento. Utilizzo dello Yoga come strumento di inclusione e collaborazione in classe. Roma, 27 Febbraio - 03 Marzo 2023

Lo yoga offre un aiuto prezioso per la crescita armonica dell'individuo ed è un mezzo utilissimo al servizio degli insegnanti e degli alunni per favorire la relazione e l'apprendimento.

Questo corso, di carattere pratico-teorico, ha lo scopo di consentire un approccio ai fondamenti dello yoga, di sperimentare una maggiore familiarità con se stessi e con gli altri, di proporre semplici ed efficaci pratiche.

Programma del Corso

- Âsana (movimenti e posizioni corporee), prânâyâma (consapevolezza e controllo del respiro) e concentrazione: pratica e principi teorici fondamentali.
- Principi filosofici e pratico - pedagogici dello yoga, con particolare riferimento ai giovani.
- Basi dell'insegnamento dello yoga agli alunni diversamente abili.
- Progettare e implementare una breve pratica yoga rivolta alle esigenze degli alunni da svolgere in classe e/o in palestra.
- Laboratori tesi a migliorare la relazione con se stessi e con gli altri.

Insegnare, nello yoga, non è dare qualcosa di standardizzato, ma offrire alcune esperienze sulla base delle esigenze, delle aspirazioni, del modo di essere di ciascuno. È proporre un percorso graduale, adattato all'età, alla cultura, all'ambiente sociale e alle caratteristiche di chi lo pratica, partendo dal punto in cui l'allievo si trova. Il fine non è lo yoga in sé, ma l'individuo con tutte le sue caratteristiche e le sue aspirazioni.

Informazioni sul Corso

Data: 27 Febbraio - 03 Marzo 2023
(termine iscrizione 23 Febbraio 2023)

Durata: 25 ore

Orario: dalle 8:30 alle 13:30

Sede del Corso: via R.Lanciani, 15 00162 Roma (RM)
presso Corpea Fitness Club

Costo: 200€

E' possibile il pagamento con CARTA DEL DOCENTE
Il corso si rivolge ai docenti della scuola secondaria di primo e secondo grado. Ai sensi del CCNL, gli insegnanti hanno diritto a cinque giorni per la partecipazione ad iniziative di formazione con esonero dal servizio.

Il corso è aperto a docenti di tutto il territorio nazionale.

Se l'emergenza COVID dovesse impedire lo svolgimento in presenza, si effettuerà online.

Modalità di pagamento

Pagamenti con carta docente: recapitare il buono di 200 euro alla segreteria del corso, unitamente alla scheda di iscrizione **entro il 23 febbraio 2023**. Il buono verrà riscosso nel momento in cui si confermerà l'attivazione del corso.

Pagamenti senza carta docente: unica soluzione di 200 euro tramite bonifico entro il 23 febbraio 2023 a:

Punto Linea s.s.d. a r.l. - C/c 000000221429 Monte Paschi di Siena - Iban IT580103003240000000221429

La ricevuta di pagamento dell'acconto va inviata, unitamente alla scheda di iscrizione, alla segreteria del corso.

Per ulteriori informazioni:

tel. e fax 06/06/86200616 (orari 10 -13 e 15 - 17)

e-mail: formazioneyoga@corpea.it

L'Insegnante

Paola Carlizza, è docente in pensione di scienze motorie e sportive nella scuola secondaria di primo grado e **Francesca Paola Russo**, docente di sostegno nella scuola secondaria di primo grado e abilitata all'insegnamento di scienze motorie e sportive, sono insegnanti di Yoga diplomate KHYF (Krishnamacharya Health and Yoga Foundation) a seguito della formazione quadriennale tenuta dal prof. Mario Cistulli, seguendo la tradizione secondo gli insegnamenti di T.K.V. Desikachar. Entrambe hanno esperienza pluriennale di insegnamento dello Yoga nella scuola e corsi di formazione rivolti ad alunni, insegnanti e genitori. Promuovono, nelle scuole in cui insegnano, la cultura yoga. Conducono anche sessioni di yoga per adulti volte a migliorare il benessere generale della persona. Continuano a formarsi seguendo seminari di yoga, meditazione e canto vedico nella tradizione di T.K.V. Desikachar per approfondire lo studio della filosofia, della psicologia e della pedagogia dello yoga, dei fondamenti tecnici e della loro applicazione pratica.

Punto Linea SSD a r.l.

SCHEDA DI ISCRIZIONE

Utilizzo dello Yoga come strumento di inclusione e collaborazione in classe. Roma, 27 Febbraio - 03 Marzo 2023

Nome

Cognome

Indirizzo

Tel./fax

Email

Luogo e data di nascita

Scuola

Disciplina insegnata

Firma