



## Rete per la formazione dei docenti Ambito territoriale VEN 15 - Treviso Sud

Scuola Polo  
"Fabio Besta" di Treviso

**Ai Dirigenti Scolastici  
Istituzioni Scolastiche**  
Ambito Territoriale VEN 15 - Treviso Sud

**LORO SEDI**

**E p.c. Dott.ssa Barbara Bevilacqua**  
**Barbara.bevilacqua@istruzione.it**

**Oggetto: Avvio unità formativa: " YO.MU.DA. Yoga, musica e danza per l'inclusione scolastica"**

La Scuola Polo per la formazione dei docenti dell'AT VEN 15 organizza un corso di formazione inerente l'inclusione scolastica attraverso yoga, musica e danza.

L'Unità formativa: " **YO.MU.DA. Yoga, musica e danza per l'inclusione scolastica**"

si sviluppa attraverso un percorso di 25 ore, organizzato in 7 incontri in presenza di 3 ore ciascuno e 4 ore di riflessione autonoma.

L'avvio dell'U.F. sarà in settembre con un calendario di massima già fissato, che prevede le seguenti date:

1° incontro	04/09/2018	h. 15:00-18:00	5° incontro	19/09/2018	h. 16:30 – 19:30
2° incontro	07/09/2018	h. 15:00-18:00	6° incontro	22/09/2018	h. 09:00 – 12:00
3° incontro	12/09/2018	h. 15:00-18:00	7° incontro	29/09/2018	h. 09:00 – 12:00
4° incontro	15/09/2018	h. 15:00-18:00	Riflessione online	Ottobre	4 ore

**La formatrice del corso è la prof.ssa Sara Sponchiado e la sede degli incontri è l' I.C. di RONCADE** ( presso la Palestra o Palestrina della primaria "R.Selvatico").

Il numero massimo di docenti ammessi al corso sarà di 20 ed in caso di un numero di iscrizioni superiori verrà data la precedenza in base all'ordine cronologico di registrazione.

Sarà rilasciato attestato di partecipazione a coloro che **frequenteranno almeno il 75% del monte orario** previsto ( pari a 18 ore di frequenza).

**Per l'iscrizione agli incontri a partire dal 6 luglio 2018 e fino al 20 agosto 2018** compilare il modulo reperibile sulla Piattaforma S.O.F.I.A. al link: <http://sofia.istruzione.it/>

1. Accedere alla Piattaforma con le stesse **credenziali personali valide per Istanze online.**
2. Scegliere "**Catalogo iniziative formative**"
3. L' Unità formativa in oggetto ha **IDENTIFICATIVO: 18218**

Sempre al link: <http://sofia.istruzione.it/> è possibile reperire il manuale d'uso per la piattaforma stessa.

Per ogni informazione è possibile contattare il Direttore del corso, Prof.ssa Paola Ghiringhelli, all'indirizzo email: [formazione.at15@bestatreviso.gov.it](mailto:formazione.at15@bestatreviso.gov.it)

Il Dirigente scolastico  
Scuola Polo formazione docenti  
AT VEN 15 – Treviso Sud  
Sandra Messina

Firma autografa sostituita a mezzo stampa  
ai sensi dell'art. 3, c. 2, D. Lgs. 39/93

**Unità Formativa**

**" YO.MU.DA. YOGA, MUSICA E DANZA PER L'INCLUSIONE SCOLASTICA"**

**FINALITÀ**

Favorire la diffusione delle danze popolari e della pratica yoga con musica all'interno dell'ambiente scolastico in modo da agevolare l'inclusione tra gli alunni e sviluppare comportamenti responsabili e rispettosi di sé e dell'altro.

**OBIETTIVI**

- rinnovare le modalità di insegnamento del docente
- confrontare metodologie didattiche
- migliorare l'inclusione tra gli alunni
- favorire l'integrazione del diversamente abile e degli alunni stranieri
- sentire le proprie emozioni e ricordare che si impara soprattutto quello che suscita emozioni
- far emergere ricordi attraverso la musica
- migliorare la percezione del proprio corpo e del respiro
- analizzare i brani musicali da danzare o suonare
- stimolare la visualizzazione e la meditazione
- 

**SCANSIONE E METODOLOGIA**

Il corso si sviluppa in 7 incontri in presenza di 3 ore ciascuno e in un incontro on line di 4 ore per esprimere le sensazioni provate, condividere contenuti, scambiare pareri, inviare materiale didattico e audiovisivo, riflettere sul percorso svolto. Sei incontri sono dedicati a tutti i/le Docenti di Infanzia, Primaria e Secondaria; un incontro specifico per insegnanti dell'Infanzia e primi due anni della Primaria; un incontro mirato all'analisi dei brani musicali e coreografie per Docenti di musica, strumento, danza e motoria.

**CONTENUTI/ATTIVITÀ**

Verranno proposte danze popolari venete e del sud Italia, europee (francesi, inglesi, greche, ebraiche) e internazionali (russe, orientali) tra le quali: Circolo Circassiano, Scottish, Bourrè, Andrò, Sette passi veneta, Taco y punta, Quadriglia, Chappelloise, Troika, Stern Polca, Valzer, Danza dell'orso, Branle des chevaux ...

Yoga in musica: le asana (posizioni) yoga più utilizzate da soli e in coppia, lo stretching yoga con la musica, il respiro cadenzato con la musica, meditazioni e visualizzazioni guidate, body percussion, massaggi in coppia, verbalizzazione dell'esperienza.

Il numero massimo di docenti partecipanti dovrebbe essere preferibilmente di 20.

**RICHIESTE E CONSIGLI UTILI ALL'ATTIVITÀ**

Tutte le attività in presenza saranno pratiche e si svolgeranno in un ambiente ampio dove poter muoversi anche scalzi e stendersi a terra. Si chiede, quindi, di portare con sé un telo o tappetino e avere un abbigliamento comodo. La parte teorico/informativa sarà svolta soprattutto on line.

**COMPETENZE ATTESE A FINE PERCORSO**

- Saper collocare all'interno di un curriculum di studi la danza e lo yoga
- Saper riconoscere, eseguire ed insegnare una coreografia
- Essere in grado di condurre una semplice meditazione o visualizzazione

<u>Articolazione incontri e contenuti</u>	<u>Durata</u>	<u>Data</u>
<u>Incontro 1 (in palestra)</u> 1. Presentazione del percorso formativo 2. Stretching yoga con la musica 3. Esercizi di respiro 4. Danze popolari in cerchio 5. Rilassamento finale con musica	3 ore 15.00/18.00	Martedì 4 settembre
<u>Incontro 2 (in palestra)</u> 1. Esercizi di conoscenza reciproca senza le parole 2. Danze popolari in cerchio e in coppia 3. Le pause attive in classe 4. Visualizzazione guidata 5. Verbalizzazione esperienza a piccoli gruppi	3 ore 15.00/18.00	Venerdì 7 settembre

<u>Incontro 3 (in palestra)</u> 1. Danze popolari internazionali in cerchio, in fila, in coppia 2. Improvvisazioni su musiche varie 3. Meditazione guidata e asana yoga 4. Verbalizzazione esperienza 5. Semplici massaggi a due	3 ore 15.00/18.00	Mercoledì 12 settembre
<u>Incontro 4 (in aula ampia con Lim)</u> 1. Visione di materiale didattico inerente alle danze e allo yoga da utilizzare a scuola, visione di video proposti dalla Docente e di video presenti in You Tube 2. Pausa attiva in classe tra body percussion e stretching yoga 3. Rilassamento corporeo e meditazione con musica	3 ore 9.00/12.00	Sabato 15 settembre
<u>Incontro 5 (in palestra)</u> 1. Riscaldamento corporeo attraverso la body percussion 2. La danza educativa e il movimento creativo secondo i Progetti Musikè 3. Improvvisazioni danzanti 4. Asana (posizioni) yoga da soli e in coppia 5. Verbalizzazione dell'esperienza	3 ore 16.30/19.30	Mercoledì 19 settembre
<u>Incontro 6 (in palestra)</u> 1. Rilassamento corporeo con la musica 2. Analisi ritmico/musicale di danze in 4/4, 3/4 e 2/4: i temi, i ritornelli, la struttura del brano 3. Ascolti guidati 4. Coreografie di varie danze popolari e memorizzazione delle sequenze	3 ore 9.00/12.00	Sabato 22 settembre
<u>Incontro 7 (in palestra)</u> 1. Improvvisazioni e stretching yoga 2. Meditazione guidata e/o massaggi a coppie 3. Verbalizzazione esperienza 4. Ripasso di tutte le danze imparate 5. Ripresa video delle danze	3 ore 9.00/12.00	Sabato 29 settembre
<u>Incontro 8 (on line)</u> 1. Invio tramite e-mail di materiale esplicativo, della struttura delle danze fatte e di alcune meditazioni 2. Invio tramite WeTransfer dei video fatti durante l'attività delle danze 3. Condivisione delle esperienze, scambio di opinioni, criticità rilevate, feedback e questionario di gradimento	4 ore	ottobre

Il Dirigente scolastico  
 Scuola Polo formazione docenti  
 AT VEN 15 – Treviso Sud  
 Sandra Messina  
 Firma autografa sostituita a mezzo stampa  
 ai sensi dell'art. 3, c. 2, D. Lgs. 39/93