

ATELIER DI MOVIMENTO

VUOI MAGGIORI INFORMAZIONI?

[INVIAMI UNA MAIL van.omez@gmail.com](mailto:van.omez@gmail.com)

o chiamami al 347-4002248 (Vania)

Psicomotricità Funzionale

Tipologia: Attività di Gruppo e Individuale

Orario: su appuntamento

Luogo: Studio Pedagogico Via Grez, 30

Conduttore: Vania Omezzolli

MOVIMENTO, ESPRESSIONE, TRASFORMAZIONE

L'azione educativa, realizzata attraverso esperienze psicomotorie, persegue la motivazione e stimola intenzionalità per agire nell'ambiente con modalità adatte ed efficaci .

Le esperienze psicomotorie funzionali rappresentano dei momenti privilegiati, all'interno dei quali la persona può esprimere tutto ciò che è e sente: i propri bisogni, desideri, fantasie, il proprio mondo.

Il dialogo, in psicomotricità funzionale è soprattutto di natura corporea ed è sempre fortemente affettivo, in quanto trattasi di un dialogo tonico in cui vi sia uno scambio di messaggi tramite suoni, ritmi, sguardi, posture e contatti.

È un'educazione efficace delle funzioni, integrata da abilità nell'accoglienza e nell'accompagnamento, che corrisponde al carattere operativo ed affettivo del movimento, la cui espressività diventa comunicazione testimone di ciò che il corpo sente e partecipa. Ogni interazione, relazione ed azione nel e verso l'ambiente esterno e le persone, si realizza tramite modalità sia verbali che corporee.

La **psicomotricità funzionale** è adatta a superare difficoltà di apprendimento, di stress, di tensionalità muscolari...

Il corpo e il movimento sono gli strumenti attraverso i quali la psicomotricità funzionale agisce e le esperienze, sempre motivanti e piacevoli, realizzate individualmente o in piccolo gruppo, ne rappresentano le strategie attraverso le quali l'individuo di ogni età impara a percepirsi e a esprimersi con la propria armonia. La psicomotricità funzionale coinvolge la persona in tutta la sua globalità e promuove lo sviluppo in ogni momento della vita. Il tono, i gesti, la postura, che raccontano l'individuo in tutte le sue caratteristiche, coordinative, emotive-affettive, mentali e relazionali, si accordano e rendono lo sviluppo più adeguato e efficace.

Ogni movimento e ogni espressione che la persona ha dentro di sé divengono strumento di trasformazione per le azioni che compie e per i processi mentali che la guidano creando nuove opportunità di benessere.

Obiettivi degli incontri individualizzati: attraverso un processo di osservazione e di analisi

funzionale viene tracciato un percorso individualizzato che mira a rendere più efficace il gesto e a nutrire l'autostima, elementi essenziali per confrontarsi con le richieste dell'ambiente sia esso famiglia, scuola, lavoro,...

Obiettivi degli incontri di piccolo gruppo: il tipo di attività e gli obiettivi a breve e a lungo termine saranno guidati dall'età dei partecipanti e in ogni caso le esperienze mireranno a rendere più efficace il gesto e l'azione e a nutrire l'autostima.

Destinatari: bambini, coppie genitore-bambino, adulti

Strumenti e tecniche:

Gioco: attraverso il linguaggio simbolico e il gioco la persona crea relazioni affettive con gli oggetti, gli altri e lo spazio. Esperienze corporee di equilibrio, coordinamento, controllo tonico, respirazione, ritmo, orientamento, geometria topologica euclidea.

Storie e Albi illustrati: sono mezzi per esplorare emozioni, bisogni, desideri, fantasie del proprio mondo interno ed esterno.

Coreografia corporea: l'esplorazione dei segmenti corporei e la possibilità di coordinarli da alla persona la sicurezza necessaria alla creazione di esperienze di movimento con il proprio corpo nello spazio e nel gruppo.

Tecniche di rilassamento: far conoscere il proprio schema corporeo attraverso il rilassamento e la percezione del proprio corpo in relazione all'ambiente.

palle, tessuti, cerchi, ...: oggetti che possono essere transizionali e aiutare a riconoscere forme, esplorare e riempire gli spazi, percepire e controllare i tempi...

musica, canzoni, filastrocche, : strumenti utili per armonizzare o completare le esperienze psicomotorie sia nel valorizzare la gestualità che nella percezione di tempi o nella rappresentazione di percorsi motori.

tecnica del Bon Depart grafomotoria: parte dal corpo nella sua intierezza per poi arrivare al gesto finalizzato della scrittura. offre alle persone la possibilità, di sentire il proprio corpo, il proprio tono di fondo, in associazione alla musica

tonematica comunicazionale: l'uso della voce della parte finalizzata di suoni e gestualità mimiche aiutano la persona a maturare una buona espressività verbale e non verbale utile nella comunicazione con gli altri .

Acqua: strumento mediatore per la sua funzione globale e ludica, induce sensazioni sulla pelle che permettono di percepire il proprio confine corporeo. Queste sensazioni-stimolo provenienti da ogni parte del corpo contribuiscono a tradurre con efficacia la figurazione corporea nella globalità- Avvicina ad un livello percettivo profondo, oltre a stimolare la funzione di aggiustamento e di percezione, sostiene lo sviluppo della veglia (attenzione) e della funzione energetica-affettiva (disponibilità vs l'ambiente)

Natura: la condotta esplorativa in natura matura la capacità di aggiustamento e alimenta le funzioni operative predisponendo la persona all'ascolto e al silenzio.

Luoghi: Palestra studio, Piscina privata



Psicomotricità e gioco



Saletta psicomotricità



Laboratorio Movimento

VUOI MAGGIORI INFORMAZIONI?

[INVIAMI UNA MAIL](mailto:van.omez@gmail.com) van.omez@gmail.com

o chiamami al 347-4002248 (Vania)

YOGA PER BAMBINI

METODO BALLYAYOGA RICONOSCIUTO DAL CNSEN (Ente riconosciuto dal Coni)
rivolto a gruppi dai 3 ai 13 anni

Tipologia: Attività di gruppo settimanale

Orario: da definire

Luogo: Studio pedagogico Via Grez,30

Conduttore: Vania Omezzolli

GIOCO,APPRENDO,ASCOLTO,SILENZIO

Lo Yoga per bambini secondo il metodo BalYayoga:

promuove il benessere psicofisico globale della persona favorendo la pace interiore e l'entusiasmo. Pone attenzione all'ascolto e al tempo del movimento nella percezione delle sensazioni che lo accompagnano.

- E' un percorso ludico che porta il bambino all'esplorazione del proprio sé;
- risveglia potenzialità fisiche, psichiche e interiori di ciascuno;
- attraverso la dimensione della gioia e del divertimento facilita l'assimilazione di nuovi concetti;
- stimola lo sviluppo della creatività e della libertà di espressione;
- guida il bambino ad entrare in contatto in modo amorevole con tutte le creature dell'universo;
- potenzia il legame indissolubile tra mente e corpo, tra ragione ed emozione;
- punta a educare (da latino e-ducere:tirar fuori) e non semplicemente istruire: non è importante il risultato bensì il processo conoscitivo e interiore che porta a tale risultato;
- stimola la curiosità,l'intuito e l'intelligenza razionale ed emotiva;
- accompagna il bambino utilizzando la sua naturale propensione al gioco come leva per favorire l'apprendimento.

Il bambino:

- è al centro di questo mondo, con la propria identità, il proprio modo di essere e di fare;
- acquisisce padronanza e consapevolezza del proprio corpo,delle proprie emozioni e del proprio sé;
- sviluppa al pieno le sue potenzialità;
- aumenta la sua autostima grazie alla padronanza delle proprie specifiche competenze;
- si diverte e impara divertendosi;

L'educatore

- accompagna il bambino al percorso di crescita, restando tuttavia un passo indietro permettendo di essere il vero protagonista di questa avventura.
- Si pone come esempio di forza di carattere,altruismo e rettitudine per i bambini;
- è positivo,allegro e propositivo per trasmettere tali valori attraverso la pazienza ed il sorriso;
- parla con il cuore per arrivare al cuore dei bambini;
- pratica regolarmente Yoga e meditazione consapevole del fatto che solo chi pratica può insegnare agli altri e fare lo stesso.

Gli strumenti:

- Il gioco:: la componente ludica è la base del nostro metodo, in quanto il linguaggio privilegiato per arrivare al cuore del bambino;
- le asana: associando le posizioni yoga ai nomi di piante,di animali, di elementi presenti in natura, i bambini si ispirano a ciò che li circonda per conoscere meglio il loro corpo;

- le storie per crescere: nutrono l'intelligenza cognitiva ed emotiva, divenendo un efficace veicolo di conoscenza del mondo;
- canzoncine e filastrocche: grazie alla loro facile memorizzazione permettono di assimilare principi e valori morali in modo simpatico e allegro;
- attività artistiche: sono un potente strumento per dar voce a sentimenti ed emozioni, consentendo al bambino di esprimere attraverso la bellezza e la creatività il suo mondo interiore;
- Il silenzio: è la chiave fondamentale per imparare a focalizzare l'attenzione su di sé e quindi per raggiungere la propria interiorità.