



Ministero dell'Istruzione

Ufficio Scolastico Regionale per l'Umbria

COORDINAMENTO REGIONALE EDUCAZIONE FISICA E SPORTIVA

Ai Dirigenti Scolastici istituti partecipanti

Ai docenti di Ed. Fisica interessati

**Oggetto: FORMAZIONE DOCENTI - Progetto Sperimentale a. s. 2020-2021
"Corpo e Ambiente" Educazione Posturale - Pilates - Yoga e Orienteering
Istituti di istruzione secondaria di I grado - CLASSI 2 ^**

In riferimento alla nota prot. n 1354 del 29.09.2020, pari all'oggetto, alle adesioni pervenute ed al materiale inviato alle scuole partecipanti, si comunica il programma di formazione online previsto e rivolto ai Docenti di Educazione Fisica coinvolti.

PROGRAMMA

Educazione Posturale: Prof . Stefano Spaccapanico Proietti

Dalla postura al Movimento, dall'organismo al Corpo, dall'agire all'Essere.
Un approccio neurofenomenologico all'educazione corporea.

CONTENUTI

- Di che corpo parliamo quando parliamo di corpo?;
- Il Corpo: da "oggetto" a "soggetto" dell'agire educativo;
- Dal dualismo cartesiano alla neurofenomenologia: la mente dal corpo;
- Tutto il moto è Movimento?;
- La ricerca di un paradigma integrato verso una pedagogia del corpo incarnato in Movimento;
- Dalla biologia alla biografia: esperienze integrate di Movimento;
- Postura, espressività, voce, emozioni, dinamismo e stasi: giocare il Movimento per giocare la Vita.

DATE E ORARI

Mercoledì 10 Marzo 2021

15:00 – 19:00

Mercoledì 17 Marzo 2021

15:00 – 19:00

DOVE

On Line in Diretta ZOOM

Link per accedere al Corso

<https://us02web.zoom.us/j/6606238696>



Ministero dell'Istruzione

Ufficio Scolastico Regionale per l'Umbria

COORDINAMENTO REGIONALE EDUCAZIONE FISICA E SPORTIVA

Pilates e Yoga: Prof. Fabrizio Vella

Basi culturali, fisiologiche, anatomiche e metodologiche del Pilates e dello Yoga a scuola.

CONTENUTI

- Cenni storici e nascita delle discipline;
- respirazione;
- posizioni base e loro applicazioni;
- centralità e controllo del corpo;
- precisione e fluidità del movimento;
- benefici dello yoga e del pilates;
- benefici fisici;
- benefici mentali, emotivi e spirituali;
- come proporre una lezione a scuola.

DATE E ORARI

Martedì 23 Marzo 2021

15:00 – 19:00

Martedì 30 Marzo 2021

15:00 – 19:00

DOVE

On Line in Diretta ZOOM

Link per accedere al Corso

*comunicazione successiva.

Si precisa che la formazione prevede anche una parte pratica da svolgere durante il collegamento, si consiglia quindi di predisporre le opportune personali operatività.

Per info e approfondimenti

Coordinamento Regionale di Educazione Fisica e Sportiva

cell. 3283350678\3312417411

Mauro Esposito

Coordinatore Regionale di Educazione Fisica e Sportiva

Firma autografa sostituita a mezzo stampa,

ai sensi dell'art. 3, comma 2 del D.Lgs. n. 39/1993