

# ***L'EDUCAZIONE DEL CUORE***

***UN PROGETTO DI BIODANZA PER CONOSCERSI, SCOPRIRE  
L'ALTRO CON SPONTANITÀ E ALLEGRIA. ATTRAVERSO  
IL MOVIMENTO E LA MUSICA***

## ***COSE' LA BIODANZA***

**Il termine biodanza deriva dal greco (bios- vita) e dalla parola danza nella sua accezione semantica originaria: movimento pieno di significato. E' un insieme di esercizi e musiche organizzati secondo un modello teorico, mirato ad aumentare il grado di benessere individuale e di gruppo attraverso l'espressione dei sentimenti e delle emozioni.**

**La biodanza è stata creata negli anni '60 dal professor Rolando Toro, psicologo e antropologo cileno, in seguito alle ricerche sugli effetti conseguenti sulla salute, della musica e del movimento.**

**Rolando Toro propone l'educazione biocentrica avente come centralità l'intelligenza affettiva che ,affondando le sue origini nella relazione madre-figlio, diventa modello di relazione che si espande, perseguendo l'obiettivo di educare gli uomini e le donne al futuro e ad avere rispetto per la vita in tutte le sue espressioni.**

## ***PERCHE' PROPORRE BIODANZA A SCUOLA***

**Offrire un'occasione al di fuori dell'aspetto istituzionale, che permetta a ogni singolo individuo di trovare uno spazio e un tempo preciso in cui poter esprimere il proprio mondo emozionale, svincolato da ogni ruolo sociale e professionale, riscoprendo l'autenticità e la naturalezza di un rapporto spontaneo, capace di sostenere e nutrire le relazioni e i rapporti quotidiani all'interno della Scuola. Il percorso di biodanza propone, dopo un breve spazio di condivisione orale con il gruppo , semplici esercizi di movimento, danze, giochi individuali, in coppia, a tre o in gruppo sollecitati da brani musicali opportunamente scelti per entrare in risonanza emotiva con il tema della serata (vitalità - affettività - creatività - piacere del movimento e del gioco - relazione con l'altro).**

## ***PRESENTAZIONE DEL PROGETTO***

L'insegnante Martemucci Marisa docente a tempo indeterminato presso la scuola dell'infanzia "Torre Incantata" di Fumane, per completare con il tirocinio la formazione di biodanza ( Scuola di Biodanza e Creatività di Vicenza), ha organizzato e condotto con i bambini/e del gruppo grandi in orario scolastico e con gli adulti in orario serale un percorso di biodanza (per un totale di 20 incontri ) per approfondirne la conoscenza e favorirne la divulgazione.

## ***OBIETTIVI FORMATIVI***

### ***Per gli adulti***

- **Riscoprire momenti di gioia, allegria e spensieratezza da condividere**
- **Favorire la scoperta dei potenziali individuali**
- **Recuperare il bisogno di vivere momenti d'intimità con noi stessi e con gli altri come attimi di autenticità irrinunciabili**
- **Riscoprire il piacere di mettersi in gioco senza il timore del giudizio**
- **Recupero dell'aspetto ludico**
- **Capacità di mettere a fuoco il proprio bisogno di abbandono**

## ***OBIETTIVI EDUCATIVI***

### ***Per i bambini/e***

- **Guidarli in un percorso di crescita integrato**
- **Favorire le dinamiche relazionali e affettive**
- **Sviluppare l'integrazione del movimento espressivo con l'emozione**
- **Stimolare la comunicazione del vissuto personale attraverso il contatto**
- **Sollecitare flussi comunicativi : fiducia nell'altro, sensibilità all'ascolto, lasciarsi andare alle emozioni, collaborare con gli altri.**

## ***ATTIVITA' PROPOSTE ai bambini/e***

**Ogni incontro di biodanza e' cosi' strutturato : una prima parte attivante e giocosa ( ronde, camminate,trenini,danze a coppie e in cerchio) seguita da una parte piu' morbida e rilassante dove il sentire si fa piu' profondo e intimo grazie anche all'incontro con l'altro(fluidità,leggerezza,eutonia,abbracci e carezze)**

### **DANZEREMO INSIEME**

**I quattro elementi:**

- **TERRA** le radici
- **ACQUA** il fluire e lo scorrere
- **ARIA** la leggerezza
- **FUOCO** impeto e forza
- **Il mare e i suoi abitanti**
- **Gli animali della jungla**
- **Le tribu' indiane**
- **Arriva la banda**
- **Tutti in festa**
- **Volando nello spazio**

### **TEMPI**

**Dalle 10.15 alle 11.15 gruppo A (18 bambini/e)**

**dalle 11.15 alle 12.15 gruppo B(19bambini/e)**

**nei mesi di gennaio e febbraio**

•  
i  
•