

Schema per presentazione di progetti

Ambiti specifici → Orientamento e Dispersione Scolastica

Ambiti trasversali → Metodologie e attività laboratoriali

Iniziativa formativa da proporre

Titolo → Rafforzare corpo e mente con Tecniche Olistiche e Meditazione del Metodo LJ

Castel s.pietro terme- bo approvato. 24391

Obiettivi → Insegnare è, di anno in anno, più impegnativo e il rapporto con i ragazzi più complesso, il carico di lavoro maggiore e non sempre stimolante. La realtà scolastica si trova ad operare con ragazzi che a volte mostrano scarsa capacità d'attenzione e di ascolto o, a tratti, scarsa propensione allo studio. La tecnica propone ai docenti di ogni ordine e grado un breve corso d'aggiornamento per portare maggior armonia ed equilibrio in situazioni di stress, conflitto e disagio.

Programma →

- Corso Base 1: insegnamento della tecnica di meditazione Eu Medito 3-5-3; principio fondamentali e spiegazione Tecnica Stimolazione Neurale-Metodo LJ di auto trattamento e pratica – sessione domande e risposte – Definizione parte pratica da fare a casa.
- Corso Base 2: verifica e ripasso argomenti trattati nel Corso Base 1, ampliamento della Tecnica per trattamenti a terzi e pratica – sessione domande e risposte – Definizione parte pratica da fare a casa
- Corso Avanzato: verifica e ripasso argomenti trattati nel corso Base 2, ampliamento della Tecnica per trattamenti completi, Equilibrio del Sistema Nervoso, Depurazione del Sangue, Trattamento di Lunga vita, Trattamento in Catena e pratica – sessione domande e risposte – Definizione parte pratica da fare a casa.
- Laboratorio pratico con sessione di domande e risposte, scambio trattamenti e meditazione guidata. Definizione parte pratica da fare a casa

Anno svolgimento 2022/2023

Sedi (Regione, Comune e Indirizzo della sede o scuola di svolgimento)→

- ✓ Lombardia: Milano – viale Campania,45
- ✓ Emilia Romagna - Castelmaggiore (Bologna) via Lirone 30
- ✓ Sardegna - SINNAI

Periodo svolgimento (Mesi da Settembre a Giugno)

Durata (ore) 16: 10 ore di lezione in presenza + 6 di autoapprendimento

PROGRAMMA DEI LAVORI: 2 incontri settimanali di 2 ore per una; 1 incontro settimanale di 4 ore; 1 incontro settimanale di 2 ore durata totale di 1 mese

Destinatari →

- ✓ Docenti scuola infanzia
- ✓ Docenti scuola primaria
- ✓ Docenti scuola secondaria di I grado
- ✓ Docenti scuola secondaria II grado
- ✓ Personale ata

Costo a carico dei destinatari 160 €

Metodologie →

✓ aula lezioni frontali

Materiali e tecnologie usati → Video proiettore PC e dispense

Tipologie verifiche finali → Test orali e verifica pratica di gruppo

Mappatura delle competenze

Contrastare i sintomi da stress-lavoro correlato; migliorare le proprie capacità relazionali; equilibrare il Sistema nervoso; aumento della rigenerazione cellulare; miglioramento dello stato psico-fisico; aumento delle difese (sistema immunitario); controllo del dolore; maggiore attenzione e concentrazione; migliore rendimento lavorativo; migliorare la qualità del sonno

Direttore responsabile: Claudio Parolin

Relatori formatori facilitatori

(indicare nome cognome, email, cellulare ed indirizzo. Inoltre allegare CV in formato europeo)

ATTENZIONE inserire nominativi di chi terrà i corsi, meglio se sono già insegnati

Ipotesi:

Elena Filippi

Patrizia Barbanti

Miriam Meldolesi

Antonella Scarparo

Anna Seddone

Roberta Mandis

Maria Rita Toschi

Clara Confalonieri