

PROGETTO

YOGA A SCUOLA catalogo 2017/2018

Regione Piemonte ASL Biella

Progetto avviato nell'anno 2018 - Ultimo anno di attività : 2018

Abstract

Obiettivo generale

SVILUPPARE LE CAPACITA' DI COORDINAMENTO , AUTOCONTROLLO E CONCENTRAZIONE

Analisi di contesto

Lo Yoga ha lo scopo di aumentare nei piccoli le capacità di rilassarsi e concentrarsi, scoprendo la propria fisicità e, nel contempo , le proprie emozioni, per giungere a uno sviluppo armonico di corpo e di mente.

Con il giovane allievo si compie un percorso di crescita consapevole e di maturazione individuale che gli permette di potenziare la sua attenzione, imparare a respirare prendendo coscienza di questo atto vitale , migliorare la sua coordinazione, rilassarsi e capire le sue emozioni e infine comprendere il valore della lentezza e della pausa.

Il tutto per iniziare la pratica di uno stile di vita naturale improntato sulla salute sia fisica che mentale

Metodi e strumenti

il progetto si sviluppa attraverso una serie di lezioni (10 per classe) svolte da un insegnante specializzato nell'educazione di questa pratica ai bambini

Valutazione prevista/effettuata

Il progetto è riservato a cinque classi della scuola primaria

Note

Le iscrizioni al progetto sono chiuse al 31/10/2017 per il raggiunto limite.

Tema di salute prevalente : SALUTE MENTALE / BENESSERE PSICOFISICO

Temi secondari : Cultura dello stigma

Setting : Ambiente scolastico

Destinatari finali : Minori

Mandati : Piano Regionale di Prevenzione (PRP)
Piani locali / Aziendali di prevenzione e promozione della salute

Finanziamenti : Attività corrente istituzionale

Responsabili e gruppo di lavoro

MARCELLO VALLI (responsabile)

FONDO EDO TEMPIA

e-mail : scuole@fondoedotempia.it

Enti promotori e/o partner

Categoria ente : Amministrazione Locale

FONDO EDO TEMPIA

Come promotore; In fase progettuale; In fase di realizzazione;

Categoria ente : Amministrazione Locale

UST BIELLA

Come promotore;

Documentazione del progetto

1. Materiale di comunicazione e informazione - scheda progetto pubblicata nel catalogo dell'offerta formativa per la scuola anno 2017/18

OBIETTIVI

reclutamento di cinque classi della scuola primaria

adesione on line di cinque classi al progetto

Sviluppare le capacità di coordinamento, autocontrollo e concentrazione

adesione on line di cinque classi al progetto Lo yoga ha lo scopo di aumentare nei piccoli la capacità di rilassarsi e concentrarsi, scoprendo la propria fisicità e, nel contempo, le proprie emozioni, per giungere ad uno sviluppo armonico di corpo e mente.

Con il bambino si compie un percorso di crescita consapevole e di maturazione individuale che gli permette di potenziare la sua attenzione, imparare a respirare prendendo coscienza di quest'atto vitale, migliorare la sua coordinazione, rilassarsi e capire le sue emozioni e, infine, comprendere il valore della lentezza e della pausa. Il tutto per iniziare la pratica di uno stile di vita naturale improntato sulla salute sia fisica sia mentale

INTERVENTO AZIONE #1 - 01/10/2017

chiusura delle iscrizioni al corso

Setting : Ambiente scolastico

Comuni coinvolti nell'intervento :

Metodi non specificati

INTERVENTO AZIONE #2 - 07/01/2018 - 30/05/2018

Yoga a scuola

Numero edizioni : 10

Ore singola edizione : 20

Totale persone raggiunte : 166

Setting : Ambiente scolastico

Scuole coinvolte nell'intervento :

Biella

Plesso : BIELLA CHIAVAZZA XXV APRILE - Istituto : IC BIELLA II

Scuola primaria

Classi 3e : 1; Classi 4e : 2;

Cossato

Plesso : COSSATO CAPOLUOGO - Istituto : I C COSSATO

Scuola primaria

Classi 4e : 1;

Portula

Plesso : PRIMARIA PORTULA - Istituto : IC PRAY

Scuola primaria

Classi 3e : 1; Classi 4e : 1;

Pray

Plesso : PRIMARIA PRAY - Istituto : IC PRAY

Scuola primaria

Classi 3e : 1; Classi 4e : 1; Classi 5e : 1;

Valdengo

Plesso : VALDENGHI PRIMARIA - Istituto : IC VALDENGHI

Scuola primaria

Classi 5e : 1;

Metodi non specificati

Carichi di lavoro :

- Num. 1 Altra figura o professione - ore 200