

## La Disciplina consapevole in classe

*Corso riconosciuto dal MIUR- Regione Umbria (decreto prot. N. 94 del 07/02/2017).*

**I.T.E.T. "Aldo Capitini" - Viale Centova, 4 – Perugia**

**18 e 25 ottobre; 8 e 15 novembre 2017**

*Progetto di formazione destinato al personale della scuola di ogni ordine e grado*

Un corso per approfondire il fondamentale tema della disciplina da un nuovo punto di vista. La tradizionale visione autoritaria della disciplina è stata giustamente abbandonata e il permissivismo ha mostrato i suoi limiti, lasciando un vuoto da riempire con una nuova e positiva forma di guida. Durante il corso esploreremo questa via, che ruota intorno all'autorevolezza dell'adulto e si basa sulla prevenzione e sull'insegnamento delle abilità relazionali mancanti. Un'opportunità importante per guidare la costruzione di una positiva identità nei nostri alunni a partire dagli anni delle fondamenta; e per restituire serenità, rispetto e tolleranza nelle relazioni in classe, nei casi in cui questi valori si siano deteriorati.

**Perché frequentare:** Il corso offre risposte concrete ai problemi che sempre più insegnanti oggi si trovano a fronteggiare:

- v Mancanza di ascolto, rispetto e senso del limite
- v Come riconoscere punti di forza e talenti, anche in quegli alunni che fanno più fatica a rivelarli?
- v Regole, divieti e responsabilità personale: come muoversi?
- v Gestione delle emozioni e dei conflitti
- v Bambini e ragazzi con energie irrequiete e disordinate: come ridirigere?
- v Come mantenere la calma nelle classi difficili?

**Finalità:** Le finalità del corso di formazione rientrano negli ambiti indicati dal Miur nella recente Direttiva n.170/2016, in particolare quelli della **“gestione della classe e problematiche relazionali”, “bisogni individuali e sociali dello studente”, “ inclusione scolastica e sociale”**. E' basato sui principi e i metodi del sistema “Educazione Vita Equilibrata” e si fonda su una visione della disciplina basata sull'autocontrollo, l'assertività e la guida amorevole. Sempre più spesso oggi, nella scuola e nella famiglia, sembrano smarriti i sani confini tra i ruoli e si oscilla tra un uso del potere che nega i bisogni di bambini e ragazzi e situazioni limite, in cui sono invece studenti o figli ad esercitare potere, nei confronti di adulti che hanno rinunciato al loro ruolo di guida. Il corso sulla disciplina consapevole indica un modello che fa sentire rispettati gli studenti e aiuta gli insegnanti, affinché diventino sempre di più degli autorevoli punti di riferimento per i propri allievi.

### **Obiettivi e temi principali del percorso**

- Sviluppare capacità di riflessione sui diversi stili di conduzione del gruppo e di gestione della disciplina.
- Conoscere la via della disciplina consapevole: caratteristiche e metodi.
- Sviluppare gli atteggiamenti, le abilità e i modi di essere per guidare la classe con la disciplina consapevole.
- L'Empowerment dell'insegnante, per acquisire strumenti per rafforzarsi, per essere calmi, intuitivi e non reattivi: primo approccio a semplici tecniche di meditazione.
- Imparare ad ascoltare gli studenti e ad individualizzare la disciplina, adattando i messaggi alla consapevolezza di ogni singolo bambino/ ragazzo.

- Affrontare i conflitti e gestire crisi e comportamenti non accettabili, imparando come facilitare la comunicazione.
- Imparare a ridirigere, canalizzandole positivamente, le energie fisiche ed emotive degli allievi.
- Imparare a comunicare in modo calmo e assertivo per ottenere ascolto e rispetto.
- L'importanza di dire i giusti "no".
- Insegnare l'autoregolazione emotiva a bambini e ragazzi.
- Rafforzare i legami affettivi in classe e insegnare agli studenti le competenze socio-affettive mancanti
- Punizioni o conseguenze naturali? Favorire la crescita comportamentale consapevole, imparando dalle proprie azioni e scelte.

### **Metodologia di lavoro**

**Lezioni frontali:** Il corso utilizza lezioni frontali, per l'apprendimento dei temi di base

**Lavori di gruppo:** Sono proposti lavori di gruppo per mettere in pratica i concetti appresi.

**Laboratori:** I laboratori sono parte integrante del corso per facilitare la condivisione di esperienze e l'espressione di idee, dubbi e problemi. Essi sono abbinati ad ogni lezione teorica, per: favorire gli apprendimenti di tipo comunicativo/ relazionale ; praticare esercizi, attività, giochi da riproporre in classe ; sperimentare role-play sulle varie abilità della disciplina consapevole, seguiti da riflessioni e feed-back dei formatori e dei corsisti.

**Formazione a distanza:** È prevista la formazione a distanza, con materiali di studio ed esercitazione scaricabili dal sito: [www.vitaequilibrata.it](http://www.vitaequilibrata.it)

**Verifica e valutazione :** Al fine di calibrare l'intervento formativo e di offrire ai docenti occasioni di riflessione e rielaborazione sui contenuti dell'apprendimento, verranno proposti momenti di valutazione iniziale, intermedia e finale:

1. Valutazione iniziale, finalizzata ad individuare i livelli di partenza e le competenze pregresse dei partecipanti
2. Valutazione intermedia per raccogliere le informazioni necessarie per indirizzare, modificare, rendere più efficace il processo di apprendimento
3. Valutazione finale, per individuare i punti di forza e i punti di debolezza del percorso di formazione ai fini della riprogettazione

**Durata e organizzazione degli incontri:** Il corso ha una durata di 20 ore, delle quali 12 in presenza e 8 on-line.

**Sede:** I.T.E.T. "Aldo Capitini" - Viale Centova, 4 – Perugia

**Date della formazione in presenza:** 18 e 25 ottobre; 8 e 15 novembre 2017

**Orario:** dalle 15,30 alle 18,30

**Costi:** il corso ha un costo individuale di 180€ con la Carta del Docente.

**Per iscriversi:** entro l'8 ottobre 2017, compilando e inviando agli organizzatori il modulo di iscrizione e il codice del bonus ( la modulistica sarà inviata ai docenti che ne faranno richiesta).

**Contatti:** [info@vitaequilibrata.it](mailto:info@vitaequilibrata.it); 366.5477757; 329.7453084

**Formatori:** Graziella Fioretti è co-fondatrice dell'associazione Educazione Vita Equilibrata; insegnante di scuola primaria da più di 30 anni, ha integrato con successo i principi e i metodi della Disciplina Consapevole nella conduzione delle classi, anche in situazioni particolarmente difficili.

Con il corso omonimo condivide modelli di intervento che scaturiscono dalle positive trasformazioni osservate nei propri studenti. Formatrice nel campo della pedagogia Yoga, è autrice del libro “La porta della felicità- lo yoga in classe per educare” ed. La Meridiana, Bari 2007. Insegnante in “Education for Life and Living Wisdom Schools International”, conduce regolarmente incontri di Yoga e Creatività per bambini e corsi di formazione per insegnanti e genitori basati sul sistema “Educazione Vita Equilibrata”. E’ insegnante di meditazione secondo gli insegnamenti di Paramhansa Yogananda, autore del noto classico spirituale “Autobiografia di uno Yogi” ed è esperta in Counseling e Relazione di aiuto secondo l’approccio di Carl Rogers e Formatrice Effectiveness Training – metodo Gordon nell’approccio “Giovani Efficaci”. Nel corso della formazione sarà coadiuvata costantemente da altri docenti dell’Ente “Educazione Vita Equilibrata” esperti nell’applicazione del sistema della disciplina consapevole nella scuola secondaria di I e II grado.

**Per saperne di più sul sistema educativo di riferimento: [www.vitaequilibrata.it](http://www.vitaequilibrata.it)**