



YogainClasse.it
studenti attenti in 10 minuti

INFANZIA e PRIMARIA

YOGA IN CLASSE

STUDENTI ATTENTI IN 10 MINUTI

FORMAZIONE INSEGNANTI



Il metodo didattico che trasforma alunni distratti e agitati
in studenti calmi, concentrati e disciplinati... un granello alla volta!

PERCHÈ YOGA IN CLASSE?

Se sei una insegnante della scuola primaria o dell'infanzia e desideri fare la differenza nella vita dei tuoi studenti, Yoga in Classe è una risorsa senza eguali. Grazie al Metodo Yoga in Classe apprendi esercizi semplici e pratici per sviluppare nei bambini alti livelli di calma, concentrazione e autodisciplina con straordinari benefici didattici.

Per molti insegnanti, Yoga in Classe è stata una soluzione straordinaria per recuperare tempo: insegnando ai loro studenti come trovare calma e concentrazione, hanno guadagnato tempo e salute perché hanno capito come rendere gli studenti più entusiasti e partecipi alle lezioni. Basta richiami e basta sgridate!

Per raggiungere questi risultati la Scuola di Formazione insegnanti Yoga in Classe ha sviluppato una formazione semplice, pratica e spendibile da subito in classe con gli studenti.

Grazie a Yoga in Classe gli studenti imparano come coltivare nel loro carattere:

1. CALMA INTERIORE

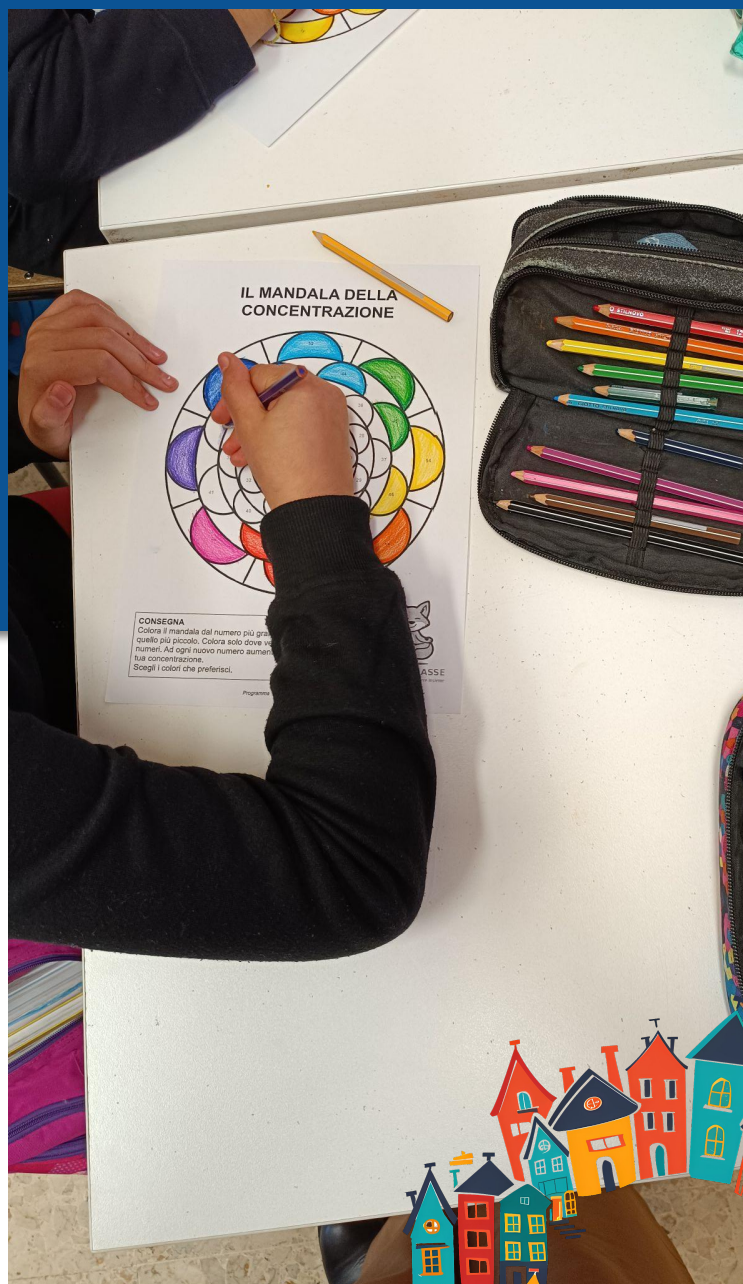
2. AUTODISCIPLINA

3. CONCENTRAZIONE



“Io e i bambini abbiamo apprezzato tutto. Ci è piaciuto tantissimo e ci sta piacendo perché Yoga in Classe si amalgama perfettamente alla normale attività didattica”

Insegnante Flavia Zanchi
Formatore dei Formatori Senza Zaino



FORMAZIONE ASINCRONA



Uno degli obiettivi della scuola è quello di rendere gli insegnanti operativi in classe **nel minor tempo possibile**. Per raggiungere questo obiettivo, è stata sviluppata una formazione E-Learning con **video tutorial pratici** che formano insegnanti e studenti nella pratica dello Yoga in Classe.

CERTIFICAZIONE YOGA IN CLASSE

Il percorso Yoga in Classe prevede 3 certificati di competenza che sono: green, yellow e black belt.



GREEN BELT

L'insegnante è competente ad introdurre e proporre i principali esercizi del Metodo Yoga in Classe.



YELLOW BELT

L'insegnante ha una approfondita conoscenza del metodo ed è capace di educare gli studenti ai 12 Valori del Metodo Yoga in Classe.



BLACK BELT

L'insegnante è capace di personalizzare il Metodo in base alle specifiche necessità educative della classe.

CHI HA DETTO CHE LO YOGA NON SI PUÒ PRATICARE IN CLASSE?

Yoga in classe è semplice ed efficace perché:

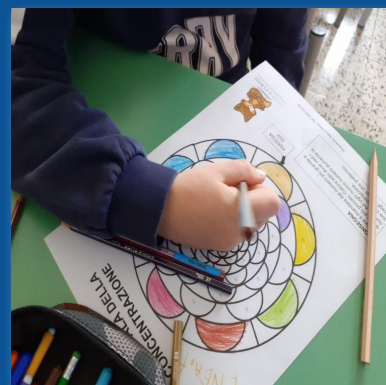
1. SI PRATICA CON LE SCARPE



2. DURA 10 MINUTI AL GIORNO



3. SI FA IN CLASSE



Yoga in Classe si pratica con le scarpe. Niente perdite di tempo per andare in palestra o sale esterne. Gli esercizi si praticano in classe con l'obiettivo di mantenere le "energie del relax" dentro l'aula.

Yoga in Classe non richiede il tappetino e si può praticare da subito in classe in modo pratico, semplice ed efficace. Questa pratica è ideale per calmare le menti dei bambini prima di una lezione in modo da ridurre distrazioni, richiami e comportamenti disadattivi.

FORMAZIONE INFANZIA

Semplice, pratica ed efficace !



Learning by doing

Tutti gli insegnanti desiderano andare subito al sodo: **poca teoria, tanta pratica** e un grande desiderio di vedere con i loro occhi **miglioramenti concreti**.

Per questo motivo, la formazione Yoga in Classe è stata progettata con la modalità **Learning by doing**: per ogni modulo formativo gli insegnanti apprendono “quel poco che basta” per essere **da subito operativi** con i bambini. Una volta raggiunto l'obiettivo formativo, si passa a quello successivo.

Nella foto a fianco, una insegnante dell'infanzia che sta insegnando ai bambini il Metodo **Five Steps Yoga** con gli **Smart Tutorial** forniti dalla scuola.

#5 Pratiche ad alto impatto educativo

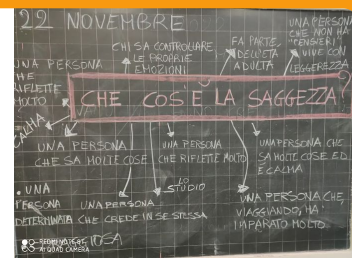
Il Metodo Yoga in Classe per la scuola dell'infanzia consta in 5 pratiche ad alto impatto educativo, vediamole:

1. **Five steps Yoga**: per infondere nei bambini calma e concentrazione
2. **Canzoni educative Yoga in Classe**: per veicolare i valori in modo divertente ed efficace
3. **Le Storie educative**: per immergere i bambini nel magico mondo del Maestro volpe Arjuna: una saggia volpe del bosco che ha dedicato la sua vita ad aiutare il prossimo.
4. **I Giochi di concentrazione** per insegnare come concentrarsi e l'importanza di fare una sola cosa per volta
5. **Le Routine di integrazione dello Yoga nella didattica** per trasformare le routine giornaliere come il lavarsi le mani o il riordino dei giochi in un meraviglioso percorso di trasformazione interiore.



FORMAZIONE PRIMARIA

Metti le ali alla tua didattica !



COSA APPRENDERANNO I TUOI STUDENTI?

Dopo la formazione Yoga in Classe i tuoi studenti sapranno:

1. Calmare corpo e mente prima di una lezione o di una verifica
2. Utilizzare tecniche estremamente pratiche per aumentare la loro concentrazione
3. L'importanza di indagare sul motivo dei propri errori e sapersi migliorare con costanza in tutto ciò che fanno
4. Gestire e prevenire emozioni come rabbia, ansia di prestazione e agitazione interiore
5. Come automotivarsi nello studio e nei compiti a casa
6. Adottare metodologie pratiche di cooperazione con i compagni
7. Utilizzare bene il tempo libero distinguendo tra "abitudini felici" e "piaceri facili"
8. Saper coltivare l'auto disciplina nella vita di tutti i giorni
9. Capacità di osservare i talenti degli altri (e farli propri)
10. Come applicare nella vita di tutti i giorni il principio di semina e raccolto.

COSA DICONO GLI INSEGNANTI DEL METODO DI YOGA IN CLASSE?



“Ho iniziato il programma yoga in classe per la scuola primaria e gli effetti positivi sui bambini sono già visibili: maggiore concentrazione nelle attività didattiche e minore ansia nell'affrontare la giornata. Sono rimasta stupita dal fatto che alcuni alunni stiano riflettendo maggiormente sul proprio comportamento e si stiano assumendo la responsabilità di comportamenti inappropriati”

Sabrina Orlandi – Insegnante della Primaria

“Quello che mi ha stupito di più del programma Yoga in Classe è stato come i bambini mettessero autonomamente in pratica gli insegnamenti e i consigli della volpe Arjuna”

Rossella Bez – Insegnante dell'infanzia

“Durante il percorso ho notato qualcosa che è stato costruito a monte ma che io non avevo notato immediatamente e la prima cosa che mi è piaciuta è stato come è stato organizzato il corso.”

Alessandra Omini – Insegnante della Primaria

“La cosa che mi è piaciuta di più fin da subito è stato di avere dei materiali pronti da usare immediatamente con i bambini ...perché a volte si fanno tanti corsi di formazione che non lasciano niente di concreto”

Anna Rivato – Insegnante dell'infanzia

“Ho apprezzato moltissimo i particolari, persino il materiale che mi è stato dato per presentarlo al dirigente e ai genitori. I materiali didattici poi sono belli, ben fatti e comprensibili sia da me che dai bambini”

Mariangela Gabrielli – Insegnante della Primaria

“Sono contentissima perché anche se i miei bambini hanno visto solo una piccola parte del programma è già rimasto dentro di loro...”

Debora Perodi – Insegnante dell'infanzia

INFORMAZIONI E CONTATTI

FORMAZIONE INDIVIDUALE

La formazione Yoga in Classe può essere iniziata in autonomia dal singolo insegnante. Dopo l'iscrizione gli viene attivato l'account per accedere alla piattaforma E-Learning (corso in modalità Asincrona) e viene fornito il link per accedere alle 3 sessioni di coaching live dove potrà fare domande, ottenere supporto e avere consigli personalizzati.

Il corso vale 25 ore di aggiornamento (Sofia) e può essere pagato con carta docente.

Di seguito i link per accedere ai dettagli (info, prezzi e date delle sessioni di coaching) del corso di formazione insegnanti Yoga in Classe (certificazione green belt).

PER MAGGIORI INFO E PARLARE DIRETTAMENTE CON UN NOSTRO TUTOR ([CLICCA QUI](#))

PER ISCRIVERSI AL WEBINAR GRATUITO DI PRESENTAZIONE ([CLICCA QUI](#))

INFO E ISCRIZIONI SCUOLA PRIMARIA ([CLICCA QUI](#))

INFO E ISCRIZIONI SCUOLA DELL' INFANZIA ([CLICCA QUI](#))

FORMAZIONE DI ISTITUTO

E' possibile estendere la formazione Yoga in Classe a tutto l'istituto oppure solamente alla scuola di appartenenza. Il progetto formativo può essere finanziato dai fondi PNRR (Piano Nazionale di Ripresa e Resilienza). Il corso è organizzato in partnership con l'Agenzia Formativa Percorso srl, l'Agenzia Soecoforma e l'Associazione Senza Zaino.

Per maggiori informazioni e preventivi contattare g.cordella@per-corso.it o contattare il Tel. **333 3454430**

CONTATTI

Scuola di Formazione Insegnanti Yoga in Classe

Ing. Gian Pietro Scuccato

Tel. 333 3454430

Email: info@yogainclasse.com

Sito: www.yogainclasse.it

