

# La Disciplina consapevole in classe

Corso riconosciuto dal MIUR- Regione Abruzzo (decreto prot. N. 4427 del 12/07/2017).

*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.

**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. La modalità organizzativa delle ore formative in presenza viene concordata con i partecipanti.

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

**Formatori:** Graziella Fioretti e Mauro Silvestro Gioia applicano entrambi le modalità della Disciplina Consapevole nell'educazione di bambini e ragazzi e con il corso omonimo condividono teorie, metodi e modelli di intervento che scaturiscono dalla loro formazione e dalle positive trasformazioni osservate nei propri studenti. Graziella è insegnante di scuola primaria da più di 30 anni, ha integrato i principi e i metodi della pedagogia Yoga nel suo lavoro con i bambini nella scuola ed è autrice del libro "La porta della felicità- lo yoga in classe per educare" ed. La Meridiana, Bari. 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". Mauro Silvestro Gioia è docente di matematica nella scuola secondaria di II grado da 30 anni. Ha fatto conoscere e sperimentare lo Yoga a centinaia di ragazzi nelle scuole dove ha insegnato e in altre dove ha tenuto corsi e seminari di Yoga e meditazione per gli studenti e per gli insegnanti. Conduce dal 2015 una sperimentazione annuale basata sullo Yoga e la meditazione, rivolta a docenti e studenti dell'Istituto "Morea Vivarelli" di Fabriano (An), sua scuola di titolarità. Sono entrambi insegnanti di meditazione secondo gli insegnamenti di Paramhansa Yogananda, autore del noto classico spirituale "Autobiografia di uno Yogi". Sono esperti in Counseling e Relazione di aiuto secondo l'approccio di Carl Rogers e Formatori Effectiveness Training – metodo Gordon (Insegnanti Efficaci, Genitori Efficaci, Giovani Efficaci)

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

---

*In riferimento alla Legge 675/1996 e successivo D.L. 196/2003, riguardanti la tutela dei dati personali, questo indirizzo e-mail è usato per inviarle informazioni. Gli indirizzi e-mail sono stato reperiti attraverso fonti di pubblico dominio o attraverso e-mail da noi ricevute. Tutti i destinatari della mail sono in copia nascosta (Privacy L.75/96) a garanzia della privacy.*

*Può succedere che il messaggio pervenga anche a persone non interessate in tal caso vi preghiamo di segnalarcelo rispondendo Cancellami o Remove a questa mail, precisando l'indirizzo che vorrete immediatamente rimosso dalla mailing list.*