

BIODANZA

Descrizione della Disciplina e dei suoi obiettivi:

La Biodanza è un sistema che favorisce lo sviluppo umano e il rinnovamento esistenziale.

Comprende esercizi e musiche organizzate secondo un Modello Teorico, destinate ad aumentare la resistenza energetica allo stress, elevare il grado di Vitalità e Benessere, migliorare la comunicatività, stimolare la creatività, non solo artistica ma anche esistenziale.

Favorisce forme di comunicazione tra le persone più autentiche e profonde, proponendo una poetica dell'incontro umano.

Rinforza l'espressione di sentimenti ed emozioni salutari attraverso l'esperienza di far parte di una comunità che coltiva i valori umani rivolti alla comprensione dell'altro, all'accettazione del diverso, al sostegno affettivo, alla solidarietà e all'amicizia.

Ogni partecipante è invitato a elevare le proprie risorse vitali stimolando i potenziali umani innati.

Al di là dei modelli, l'obiettivo è di offrire stimoli salutari per l'armonizzazione e lo sviluppo personale.

La Biodanza aiuta a sviluppare i potenziali comuni a tutti gli esseri umani:

- avere una buona energia e un buon rapporto col proprio corpo;
- avere buone relazioni con le altre persone;
- vivere l'allegria, l'entusiasmo;
- saper creare con fantasia e immaginazione;
- vivere stati di armonia e di vincolo con tutto ciò che vive.

E' una attività salutare che tutti possono sperimentare che propone un percorso verso la piena espressione integrata di se stessi. Induce "vivencias" (che significa l'atto di sentire qui e ora la vita) integrative, che promuovono l'unità *corpo-mente-emozione*, e che permettono un contatto profondo con la propria identità.

Profilo dell'Operatore

L'operatore professionale della Disciplina Bio-naturale Biodanza, con titolarità e autonomia nell'ambito delle proprie competenze, svolge un'attività diretta allo sviluppo dei potenziali umani.

L'operatore propone esercizi individuali, a due o in gruppo finalizzati all'armonizzazione e all'espressione dell'energia vitale del partecipante e al rinforzo della sua Identità.

Gli effetti osservabili sono il miglioramento globale della qualità della propria vita e un alto livello di benessere raggiunto.

Si tratta di una attività per il mantenimento della salute, il mantenimento dell'equilibrio psico-fisico e la stimolazione al benessere esistenziale.

Piano di offerta formativa

Il ciclo di formazione per gli operatori di Biodanza ha la durata minima di 900 ore in tre anni e comprende workshop su temi specifici inerenti la teoria e la metodologia di Biodanza, momenti esperienziali di integrazione del gruppo di allievi e di approfondimento della vivencia, conferenze su tematiche affini, un tirocinio sotto supervisione e l'elaborazione di una monografia.

È richiesto il titolo di studio: laurea o scuola media superiore o particolare attitudine alla disciplina.

Verifica di apprendimento ed esame finale:

- Esperienza pratica di conduzione di un corso di Biodanza sotto supervisione da parte di un insegnante di Biodanza qualificato a tale ruolo;
- Elaborazione di una monografia riferita a un aspetto teorico, metodologico o a specifica esperienza di conduzione.
- Realizzazione di un esame finale orale e scritto (a partire dalla presentazione della propria monografia tematica) di fronte a una Commissione di Abilitazione appositamente formata da docenti-didatta di Biodanza.

PIANO FORMATIVO DELLA DISCIPLINA

1) Area culturale	Monte ore minimo	186
2) Area personale	Monte ore minimo	162
3) Area normativa	Monte ore minimo	10
4) Area relazionale	Monte ore minimo	162
5) Area tecnica	Monte ore minimo	162
6) Altre aree	Monte ore minimo	0
Monte ore frontali* totale (di 60 minuti) minimo strutturato in modo vincolante		682
Monte ore discrezionali		0
Per un totale ore frontali		682
7) Tirocinio/stage		164
Monte ore totale omnicomprensivo		
Altre aree		54
Monte ore totale omnicomprensivo		900
Di cui massimo il 20% di formazione a distanza, ad esclusione dell'area tecnica.		

**N.B. ore frontali sono le ore svolte con la conduzione diretta e/o comunque la supervisione diretta all'attività da parte del docente.*