

TEAM LEADER

Alessandro Todeschi:
TRAINER LIFE SKILLS® Italia,
esperto in LIFE SKILLS e SPORT,
psicologo dello sport e del lavoro



**bambini/e e ragazzi/e dai 6 ai 14 anni
dal 7 al 13 luglio 2019**



METODOLOGIA LIFE SKILLS® Italia

Una metodologia integrata che coniuga la life skills education dell'Organizzazione mondiale della sanità (OMS), lo sviluppo dell'intelligenza emotiva, la PNL nuovo codice e codice classico, il coaching, la zoantropologia e la PNEI psicosomatica, gli studi sulla psicologia positiva, le neuroscienze, la psicologia dello sport



LIFE SKILLS E SPORT

Le ricerche ci dicono che lo SPORT insegna attraverso il gioco, ad esser padroni di noi stessi, intenzionali ed efficaci, rendendoci in grado di integrare il nostro corpo con la nostra mente e, quindi, le nostre competenze emotive, relazionali, cognitive ed anche motorie. Il movimento può allenare, fin da piccoli, queste competenze e sperimentarle in contesti protetti e ricchi di significato. Lo Sport è quindi una base su cui sviluppare il benessere personale.



MINDFULLNESS PSICOSOMATICA (PMP)

Le ricerche delle neuroscienze hanno provato che le pratiche di consapevolezza e di mindfulness hanno un effetto di sincronizzazione tra le differenti aree del cervello (misurabili come coerenza elettroencefalografica), migliorano la salute psicofisica, la stima di sé, l'attenzione, la concentrazione e il rendimento scolastico. Le pratiche PMP aiutano a ridurre lo stress, l'ansia e della depressione

Molto più di una vacanza!!! EMOZIONI IN GIOCO è un'esperienza che sfrutta tutte le potenzialità ed i valori sani dello sport al fine di renderlo uno STRUMENTO di crescita personale e di allenamento delle life skills. Nel corso della settimana bambini/e e ragazzi/e svilupperanno i loro talenti, allenando la capacità di affrontare le sfide della quotidianità in autonomia, giocando con gli errori, imparando a navigare le emozioni e divertendosi insieme. E' un investimento per il futuro dei tuoi figli, coinvolge la famiglia e comprende:

1

30 MINUTI DI
COLLOQUIO CON I
GENITORI

per conoscerci, fare un patto educativo, condividere attitudini e bisogni specifici dei figli

2

7 GIORNI RESIDENZIALI

esperienza nella natura in cui tuo figlio/a potrà sperimentare il suo potenziale, creare relazioni significative

4

30 MINUTI DI FEEDBACK
CON I GENITORI

Per condividere il percorso fatto dai figli e definire e immaginare insieme obiettivi per consolidare il percorso avviato

3

GIORNATA FINALE PER
LA FAMIGLIA

sperimenterai assieme a tuo figlio/a il valore dell'esperienza e vedrai con i tuoi occhi la sua crescita



EMOZIONI IN GIOCO in 7 punti:

1 COS'E'? Un PERCORSO DI CRESCITA. Ogni momento di questa esperienza è progettato e realizzato seguendo il metodo LIFE SKILLS® Italia. I bambini e ragazzi saranno al centro del processo di apprendimento e allenamento con un approccio interattivo, esperienziale, multisensoriale che consente di aprirsi all'ascolto e al cambiamento. Questo è possibile, in un clima di fiducia aperto, accogliente e divertente in cui la comunicazione è autentica e il feedback è la base per poter crescere con consapevolezza.

2 PERCHÉ LO SPORT? La metodologia utilizzata integra il modello LIFE SKILLS® Italia con lo SPORT. Come dimostrano la ricerca, lo SPORT è uno strumento divertente, utile e fondamentale per la crescita e lo sviluppo di caratteristiche: consapevolezza, gestione delle emozioni, superamento dei propri limiti, comunicazione e relazioni efficaci, concentrazione, attenzione, motivazione ... e molto altro ancora. Lo SPORT, da questo punto di vista, diventa uno strumento in grado di stimolare importanti riflessioni rispetto a sé stessi e a come si vive in mezzo agli altri. Ogni Sport diventerà un laboratorio didattico su competenze emotive, relazionali e cognitive, in cui difficoltà e momenti critici saranno trasformati in opportunità di crescita.

3 A CHI E' RIVOLTO? È un'esperienza aperta alle persone dai 6 ai 14 anni. Ogni bambino/a, ragazzo/a ha vissuto esperienze uniche all'interno del proprio percorso di vita e, esattamente come in una squadra sportiva, ognuno porterà tutto se stesso con le proprie fragilità, risorse, potenzialità e capacità all'interno del grande team "EMOZIONI IN GIOCO". In base allo SPORT praticato e all'età dei partecipanti si lavorerà individualmente, a coppie oppure in piccoli o grande gruppo.

4 QUALI SONO GLI OBIETTIVI DEL PERCORSO? Si sviluppano le life skills e potenzialità personali: consapevolezza di sé, empatia, gestione delle emozioni, comunicazione chiara ed efficace, presa di responsabilità per far fiorire le proprie intelligenze da soli e in squadra. L'obiettivo trasversale alla base dell'esperienza, sarà l'autonomia personale in relazione ai diversi contesti.

5 COME? Si sviluppano le life skills e le potenzialità in un clima emotivo accogliente e di fiducia, attraverso attività ludico-sportive ed esperienze avventurose, mirate e calibrate per bambine/i e ragazze/i di queste fasce d'età, attraverso la pratica della MINDFULLNESS, riflessioni individuali profonde, giochi di squadra, condivisioni di gruppo e la relazione costante e continua con gli altri.

6 DOVE? Immersi nella natura. Saremo in un ambiente immerso nella natura, con strutture e campi sportivi per oltre dieci sport differenti, in uno spazio pensato per i bambini e le loro esigenze, dove sperimentare un'alimentazione sana ed equilibrata, dove divertirsi, entusiasinarsi, conoscere, rispettare e allargare la propria cultura: per stare bene nel mondo in contatto con sé stessi e con gli altri.

7 E POI? Crediamo che ogni bambino/a e ragazzo/a possa attivare le proprie potenzialità e costruire le competenze necessarie ad affrontare la vita con consapevolezza ed autonomia e crediamo che EMOZIONI IN GIOCO possa essere un acceleratore di processo.

QUANDO?

Dal 7 al 13 luglio 2019

DOVE?

Parco Naturale Adamello Brenta
Hotel Serena
Via Roma, 133
Breguzzo (TN)



La trasferta può iniziare già dalla tua città facendo il viaggio con la squadra. Il punto di ritrovo è Bologna. (indicheremo costi e modalità in base alle richieste pervenute)

Per informazioni e iscrizioni contatta

MARIA ELENA:

mariaelena@lifeskills.it

+39 335.6925991

NOSTRI PARTNER

