

ANNO ACCADEMICO 2023-2024

Metodo Gioia4kids

INDICE

- Che cos'è
- I suoi benefici
- Osservazioni personali del Percorso svolto

di Maria Cristina T.

Cos'è il Metodo Gioia

Il Metodo Gioia si inserisce in una nuova visione dell'educazione e del bambino: uno sguardo olistico che unisce il corpo fisico, emotivo, cognitivo ed energetico di ogni bimbo.

Si può definire, a mio parere, una Pedagogia Integrata, che si prende cura di tutti gli aspetti del bambino, nel completo rispetto dei suoi tempi, che certo non sono i nostri tempi: da qui il nome di Gioia, con l'accento sulla seconda i, quasi per allungare il nome e donare equilibrio e serenità ad ogni bimbo, nel rispetto della sua tempistica.

La sua creatrice, Alessandra Gioia Morri, ha saputo unire in maniera sapiente ed armonica elementi di studio sulle Neuroscienze, Meridiani cinesi, Chakra, Geometria Sacra, elementi di Chinesiologia, Yoga e tanto altro.

Tutto questo è riunito nell'ordine dei cinque elementi da cui noi tutti esseri viventi siamo circondati: Terra, Acqua, Fuoco, Aria ed Etere.

Per ogni Elemento ci sono tredici combinazioni: chakra, stagione, emozione, sentimento, desiderio, simbolo, movimento, ritmo, senso, colore, elementale, disegno e solido platonico.

La fondatrice del Metodo, ha creato un interessante Mandala a cinque spicchi (uno per ogni elemento) sul quale apporre le carte/combinazioni del Metodo per ogni elemento.

Tutto ciò forma un Sistema Armonico dove la rotazione, il flusso nel movimento antiorario genera calma (scarica delle energie), mentre il movimento nel verso contrario crea energia ed accentua il moto.

Il Metodo si fonda essenzialmente sulla Triade del Movimento (formato da Happy Mind Kids, Giochi Movimenti Consapevoli e Danze), Arte (con semplici atelier artistici) e Gioca-Ki, il momento energetico e "spirituale" del metodo.

L'importanza del movimento nel bambino è un tema attuale oggi più che mai, vista la sedentarietà alla quale sono costretti i bimbi nelle aule scolastiche e spesso nel tempo libero (con tv, pc, tablet e videogiochi).

Mi sono interessata fin da subito a Gioia, proprio perché dava la massima importanza al movimento, pur non cercando in esso la perfezione o la competizione, ma bensì la collaborazione e l'unione.

Movimento

Negli Happy Mind Kids i movimenti sono finalizzati ad una connessione e concentrazione nel/del proprio Sè, sviluppando una maggiore armonia tra i due emisferi cerebrali: tutto questo può condurre ad un miglioramento negli apprendimenti della lettura e scrittura, competenze di base per la Scuola Primaria. Gli esercizi sono semplici e simpatici, da proporre ai bimbi attraverso una storia motoria.

I Giochi Movimenti Consapevoli, sono formati da diversi esercizi che favoriscono la conoscenza e le relazioni tra i bambini, attraverso l'uso del corpo, inseriti ad hoc per ogni elemento.

Le danze sono semplici, con movimenti diversi per ogni elemento, talvolta con materiali colorati, stoffe e/o altro di semplice reperibilità: anch'esse favoriscono la motricità completa dello schema motorio a seconda dell'elemento danzato, con ritmi e fluidità diverse.

Le danze sono parte importante del Metodo, per il ritmo e la connessione con il corpo attraverso la musica, con frequenze particolari.

Il movimento comprende l'80% del Metodo e quindi dell'Onda creata dall'insegnante per i bambini.

Arte

I momenti dei diversi Atelier variano a seconda dell'elemento e quindi degli obiettivi da raggiungere: dalla manipolazione della creta al disegno con pastelli ad olio o pennarelli; sono semplici attività, ben lontane dai tradizionali "lavoretti", che spesso implicano la ricerca della perfezione e la mano dell'adulto.

L'arte in Gioia è espressione di sé.

Gioca Ki, sviluppo delle bio-Energie

E' il momento "energetico" dell'Onda, che attiva i "talenti psichici" che noi tutti abbiamo dalla nascita. E' una parte dell'Onda molto importante, inserita verso la fine delle attività, che dona integrità e importanza a tutto il resto.

I suoi benefici

Il Metodo Gioia, in chi lo impara, aiuta ad esprimere la creatività, fa ri-nascere la propria interiorità, il proprio Sè, riscoprendo il/la “bambino/ainteriore”, con Luci ed Ombre, che si accolgono e trasmutano. Il Movimento, svolto insieme alle compagne del gruppo, conduce a vedere con chiarezza ed a superare i propri limiti.

Nel bambino, il Metodo Gioia aiuta a portare un’armonia tra i due emisferi cerebrali, destro e sinistro, lavorando quindi sulla lateralità per il superamento dell’omolateralità e fornendo delle ottime basi per lo sviluppo della motricità grossa e fine.

Inoltre, sono presenti molte attività per lo sviluppo armonico del sistema vestibolare e del movimento oculo-manuale: tutto ciò, insieme ai benefici elencati sopra, può sicuramente concorrere ad un miglioramento negli apprendimenti di base (lettura, scrittura e calcolo) ma anche nell’attenzione, nella concentrazione, nel rilassamento, nell’ascolto di sé, del Proprio Sè divino; tutte abilità ora più che mai occorrenti per un bimbo all’entrata in una qualsiasi scuola primaria (statale o parentale con un qualsiasi indirizzo pedagogico) e/o comunque utilissime nella vita veloce e frenetica di tutti i giorni, dove il bimbo, come una pallina da ping pong, è spesso letteralmente “catapultato” da un impegno all’altro.

La visione olistica a cui conduce il Metodo, fa riflettere sui vari aspetti del comportamento di un bimbo, che è molto più di ciò che si può vedere, dell’aspetto fenomenologico di una data situazione: può prendere infatti in considerazione il suo passato, i suoi avi, i campi torsionali dai quali talvolta il piccolo è attraversato, il bisogno di radicamento, di esplorazione, di coraggio, di espansione.

Tantissime volte dalla scuola, vengono “incolpati” i genitori o comunque fortemente richiamati, per il comportamento dei figli, creando sensi di colpa assurdi che si ritorcono poi sul bimbo: ma il bimbo appunto non è solo il “risultato” dell’educazione ricevuta in casa, che comunque certo sì ha la sua importanza...il bambino è molto di più!

Attraverso il Viaggio nei vari elementi, il bambino affonda le sue radici in Madre Terra creando consapevolezza, impara a sentire ed esplorare il mondo delle emozioni con l’Acqua, riesce ad accendere la volontà ed il coraggio nel Fuoco, per espandersi contanta leggerezza nell’Aria.

La cosa più bella per me è stata quella di poter sperimentare i benefici prima di tutto su me stessa, nel movimento armonico delle danze, ma anche attraverso gli Happy Mind Kids che al mattino mi aiutano, dopo il sonno, a risvegliarmi in modo ottimale per affrontare la giornata in modo positivo e fiducioso.

Attraverso il Metodo Gioia ho riscoperto la gioia di Essere ed Esistere.

E' stato come un Viaggio Interiore in più fasi, per accogliere e trasformare la mia bambina interiore; mi ha dato l'opportunità di accettare le mie caratteristiche personali, per diventare finalmente "più grande" per osservare, con distacco emotivo ed armonia ciò che ho vissuto fino ad ora, con ancora maggiore consapevolezza.

Ho preso valore del mio corpo e delle mie caratteristiche, alla mia età, riscoprendo forza e talento: io, che ho sempre avuto la passione per il movimento, ma fin da piccola, essendo stata una bimba un po' goffa e parecchio "rotonda", sono stata parecchio limitata nel poter esprimermi in quello che per me è il linguaggio più naturale, nel movimento e nell'arte.

Osservazioni personali

Attraverso l'apprendimento del Metodo Gioia si è risvegliata e riaccesa in me la passione per l'educazione ed il benessere armonico del bambino.

Ho intrapreso il percorso per insegnante del Metodo Gioia, quasi così per gioco, in un momento di grande cambiamento nella mia vita, dove la passione per l'educazione era ormai spenta da tempo.

Nonostante cercassi in tutti i modi di abbandonare l'idea di potermi ancora dedicare al mondo dell'educazione, mi ritrovavo spesso in rete a curiosare per trovare idee alternative e valide per quanto riguarda una nuova visione del bambino, non chiusa nelle etichette mediche (dsa, bes, adhd, dop, ecc...) ma aperta a quelle che sono le potenzialità innate in ogni bimbo.

Quindi, apparentemente in modo casuale (ma sappiamo che nulla è dovuto al caso) ho trovato il sito del Metodo Gioia ed ho svolto dapprima il videocorso con entusiasmo.

Completato il videocorso, era aprile...mi sono iscritta alla Formazione Insegnanti del Metodo, con partenza a settembre.

Mi ha colpito piacevolmente da subito, il far parte di un gruppo Telegram silenzioso, con argomenti/titoli da leggere molto interessanti, senza il solito bombardamento di messaggi. A settembre, all'inizio della Formazione, ho conosciuto di persona Alessandra, che a mio parere incarna letteralmente il Metodo che insegna, sapendo coniugare leggerezza, creatività, centratura e professionalità.

Mi sono appassionata subito, riscoprendo soprattutto in me un corpo "dimenticato", che aveva tanto desiderio di essere strumento educativo, attraverso questo metodo: ho riscoperto fluidità, creatività ed armonia.

Tutto questo grazie alla metodologia usata da Alessandra per l'insegnamento : una metodologia attiva, in presenza, basata sul movimento e sulla pratica, più che sulle

parole o su lettura e scrittura, creando un semplice cooperative learning nel gruppo a distanza, con noi studentesse.

Il non avere un manuale su cui studiare mi ha facilitato l'apprendimento attraverso il lavoro pratico e motorio su me stessa, il provare ed il riprovare da sola a casa i movimenti e le danze, il cercare le musiche e la pratica costante con i bambini, attraverso le simulazioni richieste.

Il metodo ha posto l'attenzione dentro me per il corpo ed il movimento armonico, percependo da sempre come esso svolga una funzione importantissima per ogni tipo di apprendimento.

Considero il corso svolto molto valido proprio perché pone l'accento sull'esperienza motoria, con compiti di realtà pratici: le simulazioni da riportare con foto e video, mi hanno stimolato sin dall'inizio a mettermi in gioco.

Ringrazio di cuore Alessandra per essere riuscita a creare armonia tra noi studentesse, aiutandoci a superare distonie ed energie negative: questo attraverso il Suo Esserci, la Sua Centratura, il suo Grande Amore per l'Universo.

Durante il corso ho sperimentato più volte il suo Ascolto e la sua Attenzione verso i nostri bisogni, con la grande capacità di non dare soluzioni o ricette preconfezionate" ma di far riflettere dentro noi stesse, senza alcun giudizio, sulle nostre modalità di porci in relazione dentro noi e con la vita.

Concludo ringraziando ancora la formatrice, con una frase che può forse riassumere il percorso seguito, un Vero Viaggio alla Ri-Scoperta di Sè, per donare tutto ciò alle nuove generazioni, per giungere insieme ad una Nuova Umanità:

“Chi guarda fuori sogna: chi guarda dentro si desta”
Carl Gustav Jung

Grazie Alessandra!