

Associazione Italiana Insegnanti del Metodo Feldenkrais

Precisa identificazione delle attività professionali cui l'associazione si riferisce

L'insegnante di metodo Feldenkrais® opera nel settore dell'educazione somatica, studia il movimento umano e la sua relazione con l'apprendimento e la consapevolezza.

La sua azione ha un ampio spettro di applicazioni: può rivelare e cambiare i comportamenti abituali responsabili di condizioni di tensione e dolore; facilita e consente il miglioramento in situazioni di disagio o limitazioni del movimento; insegnato ad atleti, artisti, musicisti, danzatori può migliorare le loro capacità; è adatto a tutte le età e condizioni fisiche.

Il metodo ha due modalità d'insegnamento: lezioni collettive di "Consapevolezza Attraverso il Movimento" (CAM)* e lezioni individuali di "Integrazione Funzionale" (IF). Le lezioni sono condotte dall'insegnante utilizzando indicazioni verbali oppure il tocco delle mani come indicazione di movimento. In base al tipo di lezione e a seconda della posizione, della comodità e di altre eventuali necessità dell'allievo, nelle lezioni si usano supporti e sostegni di vario tipo: tavolo Feldenkrais, sedie, rulli e cuscini. Durante le lezioni di CAM o di IF gli allievi indossano abiti comodi.

In accordo con le ultime ricerche delle Neuroscienze, l'insegnante Feldenkrais sviluppa ed affina la sua capacità di osservazione degli schemi motori, porta l'attenzione dell'allievo sulle proprie percezioni sensoriali e sul proprio senso cinestesico, per favorirne l'organizzazione psicomotoria e l'ampliamento dell'immagine di sé.

* : in Italia si usa anche il termine Conoscersi Attraverso il Movimento, sempre con acronimo CAM.

Data: 3 maggio 2016

Firma del legale rappresentante

