

Rubicone

Domenica 17 dicembre 1995

Il metodo Feldenkrais contro la scoliosi sperimentato da una V elementare di Sogliano

Finirà l'epoca del rigido busto per migliorare una scoliosi, così come è tramontata l'usanza di fasciare i neonati costringendoli all'immobilità "per farli crescere più dritti", almeno così si credeva.

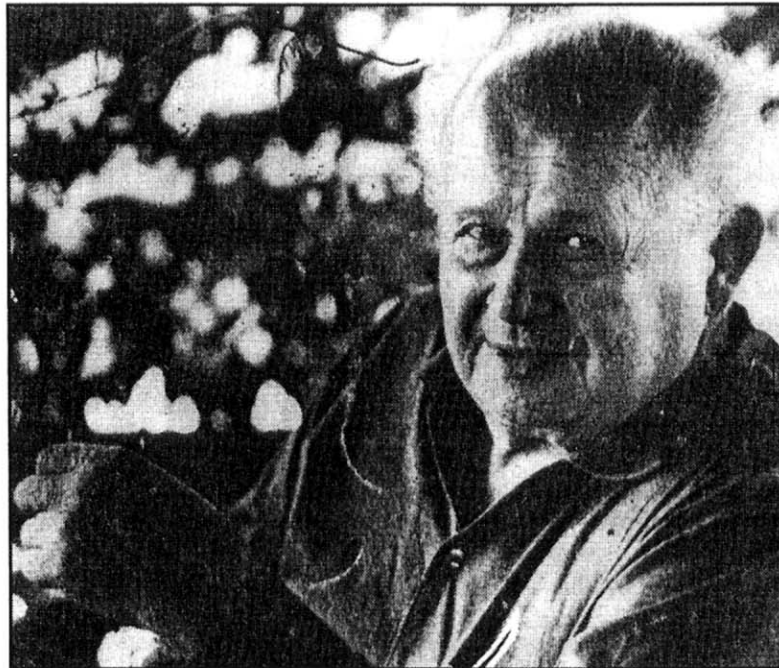
"Il movimento è vita, senza movimento la vita è impensabile". Questa affermazione dello studioso Moshe Feldenkrais è la chiave che conduce a valorizzare e studiare il movimento. Il metodo Feldenkrais è stato sperimentato dai ragazzi di V elementare di Sogliano, sotto la guida della Dott.ssa Tina Broccoli, insegnante Feldenkrais, diplomata a Parigi nel 1988.

In cosa consiste questo metodo?

È un processo di apprendimento, basato sull'integrazione fra movimento, sensazioni, sentimento e pensiero. I movimenti eseguiti durante le lezioni sono semplici, inusuali, piacevoli, facili da percepire e portano all'lievo a raggiungere benessere e una buona autoimmagine.

Il metodo Feldenkrais viene insegnato in due forme, una di

Crescere dritti



Moshe Feldenkrais

gruppo per favorire la conoscenza di sé attraverso il movimento. L'altra individuale come integrazione funzionale adattata a chi ha necessità specifiche. Que-

simi, devono avere un'esperienza motoria libera e ricca. Richieste premature o salti in questo processo possono generare difficoltà di coordinazione o di movimento.

I ragazzi di V nel lavoro svolto a scuola, per un periodo di circa due mesi, hanno cercato di ripercorrere lo sviluppo psico-motorio della loro infanzia. Un video mostrato sabato 2 dicembre presso il teatro comunale di Sogliano, ha illustrato l'esperienza di lavoro della Dott.ssa Tina Broccoli con i ragazzi, presentando il metodo come prevenzione alla scoliosi. Tina risiede a Strigara, una frazione di Sogliano, dove pratica con successo il metodo Feldenkrais. L'affluenza di allievi è in continua crescita e Tina, avendo difficoltà a sostenere le numerose richieste, si impegna a divulgare la conoscenza di questo metodo.

Per questo il prossimo anno nascerà a Strigara il "Centro scientifico del movimento Metodo Feldenkrais" orientato alla preparazione di nuovi insegnanti.

Marisa Arrigoni

sto metodo si rivolge a tutti coloro che desiderano mantenere il proprio benessere fisico, migliorare la mobilità e la propria efficienza. I bambini fin da piccolis-