

A Fatto la
Comunità
Scuolastica

OGGETTO: COORDINAZIONE
PRESENTAZIONE PROGETTO:

"L'ARTE DELLA MUSICA A SCUOLA"
13 MARZO (Scuola secondaria di I grado).

- Si troverebbe questo in oggetto,
conoscendo la compatibilità
con il PTOF
- Nel rispetto dello stesso

IL PROGETTO

Per Allegato

Lo stesso progetto verrà presentato
il 13 marzo alle ore 9.30 presso
l'IC Fresa Pascoli,
Seguirei a questo riferimento
Allo stesso progetto Scatole e Targole
e Borse.



Progetto:

"Salotto Sonoro Poliarmonico – Armonie Sonore a Scuola"

Benessere, Concentrazione e Crescita per Studenti e Docenti

1. COS'È IL SALOTTO SONORO POLIARMONICO DI SONOROLOGIA?

È un percorso esperienziale basato sulle vibrazioni armoniche delle **campane tibetane poliarmoniche**, strumenti che favoriscono rilassamento, concentrazione e benessere generale.

Sonorologia, il suono e le vibrazioni aiutano studenti e docenti a:

- ✓ Rilassarsi e ridurre lo stress.
- ✓ Migliorare l'attenzione e la memoria.
- ✓ Gestire meglio le emozioni.
- ✓ Creare un ambiente scolastico più sereno e armonioso.

2. COME FUNZIONA?

Il percorso prevede **12 incontri** settimanali da **45-60 minuti**, semplici e accessibili a tutti.

✦ **Struttura di ogni incontro di "Sonologia":**

- Breve introduzione al tema della giornata.
- Esperienza sonora con le campane tibetane poliarmoniche.

☞ **Condivisione libera** per esprimere sensazioni e benefici percepiti.

📍 **Dove?** Aula magna, palestra o uno spazio tranquillo.

3. TEMI DEGLI INCONTRI

☐ **Il potere del suono sonologico** – Scopriamo come il suono influisce sul nostro benessere.

☑ **Rilassare la mente** – Suoni per sciogliere tensioni e migliorare il sonno.

☑ **Migliorare la concentrazione** – Vibrazioni che aiutano l'attenzione e l'apprendimento.

☑ **Gestire lo stress scolastico** – Tecniche sonore per calmare l'ansia.

☑ **Il respiro e il suono** – Respirazione e campane tibetane per rilassarsi.

☑ **Liberare le emozioni** – Il suono aiuta a sciogliere blocchi emotivi.

☑ **Potenziare l'autostima** – Frequenze sonore che rafforzano la sicurezza interiore.

☑ **Armonia nel gruppo** – Creiamo un ambiente sereno e collaborativo.

☑ **Stimolare la creatività** – Il suono come strumento per esprimersi meglio.

☑ **Il potere del silenzio** – Scopriamo la connessione tra suono e quiete interiore.

☑ **Equilibrio energetico** – Vibrazioni che armonizzano corpo e mente.

☑ **Chiusura del percorso** – Esperienza sonora finale e condivisione.

4. BENEFICI PER LA SCUOLA

◆ **Per gli studenti:** Più calma, attenzione e sicurezza in sé.

◆ **Per i docenti:** Meno stress, più serenità in classe.

◆ **Per tutti:** Un ambiente scolastico più armonioso e produttivo.

5. COME ATTIVARE IL PROGETTO POLIARMONICO DI SONOROLOGIA ?

- ✓ **Prima sessione dimostrativa gratuita per il corpo docente.**
- ✓ **Percorso adattabile in base alle esigenze della scuola.**

 **Disponibilità a un incontro per approfondire il progetto e concordare i dettagli.**

 **Email:** [ciro.nasta@inwind.it]  **Telefono:** 334 9119545]

 **Questo progetto è modificabile in base alle esigenze della scuola.**

Ciro Nasta Naturopata

Centro Studi e Ricerche di Medicina Naturale e Tecniche Naturopatiche.
Specialista in Discipline Bioenergetiche, Sonorologia Poliarmonica con Campane Tibetane armoniche. Equilibrio e riequilibrio energetico.