 **PROGRAMA DE FORMACION EN EL SISTEMA RÍO ABIERTO – ONLINE**

Con más de 55 años de experiencia en educación y desarrollo humano, la Fundación Río Abierto ofrece una sólida formación en diversas técnicas psicocorporales a la vez que propone la exploración del propio potencial creativo como herramienta principal de cada futuro instructor.

Nuestro enfoque para el aprendizaje es teórico-vivencial y el trabajo personal –el trabajo sobre sí- está íntimamente ligado a la enseñanza de las técnicas.

En el año 2021 y respondiendo a los cambios que las circunstancias sanitarias nos impusieron, desarrollamos el programa de **formación *online.*** *Esta propuesta, de* ***dos años,*** *combina* encuentros de fin de semana, la participación en un grupo de trabajo sobre sí, clases de movimiento vital expresivo y clases de concientización postural.

Los egresados podrán trabajar dando clases de Movimiento Vital Expresivo, en tareas de prevención y promoción de salud y como coordinadores de grupos aplicando técnicas de integración psicocorporal y expresión creativa en ámbitos educativos, artísticos, recreativos y terapéuticos.

**Certificación:**

Esta formación otorga el ***Certificado de Instructor de Movimiento Vital Expresivo*** al finalizar el primer ciclo (primer año) y ***Certificado de Instructor del Sistema Río Abierto reconocido por el Organismo Río Abierto Internacional, habilitante para trabajar con el Sistema Río Abierto***, al finalizar la formación (segundo año)

**Duración total:**  2 años. Son dos ciclos de un año cada uno. El alumno puede optar por realizar solamente el primer ciclo.

**Cursada anual:**

* **Encuentro Formación**: un sábado de cada mes de 14:00/18:00hs.
* **Grupo de trabajo sobre sí**: 1 vez por semana, tres horas
* **Práctica de Movimiento:** 2 veces por mes, dos horas cada vez
* **Anatomía Vivencial:**2 veces por mes, dos horas cada vez
* **Clases de movimiento vital expresivo, o corrección postural**: 2 clases semanales **obligatorias** a elección de la grilla horaria por zoom

**Requisitos:**

* Estudios secundarios completos.
* Realizar una entrevista de admisión
* Certificado de apto médico
* Cuestionario de inscripción
* Dado que las clases se impartirán en un entorno virtual -vía Zoom-, el participante deberá contar con computadora con cámara y sistema de sonido, y una buena conexión wifi.

**Metodología de trabajo**

Nuestro método de enseñanza es teórico vivencial. Trabajamos desde una orientación que busca la auto consciencia y la auto expresión. El foco de la formación está puesto en el trabajo personal de crecimiento y de maduración interna. El alumno comenzará o continuará un camino de autoconocimiento, para luego poder ocuparse de "un otro" a través de las herramientas que otorga la formación en el sistema.

**PLAN DE ESTUDIO**

**PRIMER AÑO**

1. *Fundamentación teórica del Sistema Río Abierto*

* Bases filosóficas y psicológicas del Sistema
* Concepción del hombre: esencia, personalidad y falsa personalidad

1. *Movimiento Rítmico Expresivo*

* Estereotipos del movimiento
* El ritmo como promotor de la vitalidad
* Desarrollo de la capacidad expresiva
* Las emociones básicas: su expresión y correlato corporal

1. *Trabajo Sobre Sí*

* Personalidad mecánica y personalidad creadora
* Dinámica de los opuestos:
* en el cuerpo
* en el movimiento
* en los vínculos
* en el psiquismo
* Los personajes
* Observación de sí

1. *Herramientas Expresivas*

* El cuerpo y la creatividad
* El cuerpo, aspectos socioculturales y políticos
* Trabajo con la voz y la respiración
* El juego creador
* Pintura rítmica expresiva

1. *Los Centros de Energía*

* Centro bajo, lumbosacro, vegetativo, plexo solar, cardíaco, laríngeo, visión, coronario
* Lectura Corporal desde la interferencia de Centros Energéticos

1. *Plástica Apolínea, Dionisiaca y Oriental*
2. *La clase*

* Objetivos: físicos, psíquico-emocionales, espirituales
* Armado, contenidos y etapas de una clase
* Ejes, planos, direcciones y alturas del movimiento
* Relajación y Meditación.
* Práctica – La clase en el entorno virtual

**SEGUNDO AÑO**

*1*- *Recapitulación de lo aprendido en primer año*

* La clase y la aplicación de técnicas como:
* experiencia de autoconocimiento
* desarrollo de las propias potencialidades
* encuentro con el Yo profundo
* expansión de la conciencia

***2 -*** *Trastornos y desequilibrios de la postura.*

* Columna vertebral: escoliosis, lordosis, cifosis.
* Puntos de apoyo y de sostén. Alineación y respiración.

*3-Distintos tipos de respiración.*

* Aspectos motores, fisiológicos y psicológicos
* La respiración y el uso de la voz

*4-El uso de la voz en el sistema*

* El aparato fonador, las diferentes cajas de resonancias.
* Vocales y consonantes.

*5-El uso de la música en el sistema.*

* Ritmo, melodía y armonía

*6-Movimiento y expresividad*

* Creatividad
* Los cuerpos sutiles

***7-*** *Dinámica de grupos*

* Contexto
* El encuadre y las normas
* La tarea
* La trama grupal

*8-El Rol del instructor y las cualidades*

* *Ética y principios*
* Armado de talleres/propuestas. Como adaptar las propuestas y como generarlas.