**PROGRAMA DE FORMACIÓN EN EL SISTEMA RÍO ABIERTO**

**ON LINE**

**OBJETIVOS GENERALES**

Que el alumno logre:

* realizar la experiencia de autoconocimiento para reencontrarse consigo mismo en profundidad
* desarrollar su intuición, su percepción, su espontaneidad y su creatividad
* desarrollar y actualizar su potencial expresivo
* aprehender las técnicas del Sistema
* aprender y poder transmitir qué es el Sistema Río Abierto

**PRIMER AÑO**

**Módulo 1:**

Fundamentación teórica del Sistema Río Abierto:

Bases filosóficas y psicológicas del Sistema

Las premisas del Sistema

Concepción del hombre: esencia, personalidad y falsa personalidad

**Módulo 2:**

Apoyo y sostén

Apoyos físicos, respiratorios y emocionales

Apoyos y falsos apoyos. Su relación con la confianza y con la falta de confianza

**Módulo 3:**

El movimiento rítmico expresivo

La respiración natural

Estereotipos del movimiento

El ritmo como promotor de la vitalidad

Desarrollo de la capacidad expresiva

Las emociones básicas: su expresión y correlato corporal

**Módulo 4:**

Las tres líneas del movimiento: centrípeta, centrífuga y neutra

Las tres plásticas apolínea, dionisíaca y oriental y su relación con la energía constructiva, destructiva y equilibrante

**Módulo 5:**

Los centros de energía:

Centro bajo, lumbosacro, vegetativo, plexo solar

Lectura corporal desde la interferencia de centros energéticos

Interferencias, alineación e integración

**Módulo 6:**

Los centros de energía:

Centro cardíaco, supra-cardíaco, laríngeo, de la visión y coronario

Lectura corporal desde la interferencia de centros energéticos

Interferencias, alineación e integración

**Módulo 7:**

La clase:

         Objetivos físicos, psíquico-emocionales, espirituales

         Armado, contenidos y etapas de una clase

**Módulo 8:**

La clase:

         Ejes, planos, direcciones y alturas del movimiento

         Relajación y meditación

         Práctica\_ la clase en el entorno virtual

**SEGUNDO AÑO**

**Módulo1:**

Actualización de lo aprendido en primer año

La clase y el uso de técnicas como:

         experiencia de autoconocimiento

         desarrollo de las propias potencialidades

         encuentro con el Yo profundo

         expansión de la conciencia

**Módulo 2:**

Personalidad mecánica o falsa personalidad

Personalidad integrada

Dinámica de los opuestos:

         en el cuerpo

         en el movimiento

         en los vínculos

         en el psiquismo

Los personajes

Observación de sí

Identificación-proyección

Desidentificación

**Módulo 3:**

La respiración

Aspectos motores, fisiológicos y psicológicos

Recuperación de la respiración natural

Distintos tipos de respiración

La respiración consciente

El uso de la voz en el Sistema

El aparato fonador, las diferentes cajas de resonancia

Ampliación de la percepción auditiva

**Módulo 4:**

El uso de la música en el Sistema

Ritmo, melodía y armonía

**Módulo 5:**

Trastornos y desequilibrios de la postura, apoyos y falsos apoyos

Columna vertebral: escoliosis, lordosis, cifosis

Apoyos físicos, emocionales y respiratorios

**Módulo 6:**

Desarrollo de la creatividad: espontaneidad-creatividad-originalidad

El juego

La improvisación

El uso de los recursos expresivos en el Sistema: arte, literatura, teatro, fotografía, dramatizaciones

Cómo, cuándo y para qué usarlos

**Módulo 7:**

Dinámica de grupos

El grupo y lo grupal

El encuadre y las normas grupales

La matriz grupal

**Módulo 8:**

El rol del Instructor

Registro y desarrollo de las cualidades del rol

Principios éticos del Instructor

Armado de talleres/propuestas. Cómo generar las propuestas y cómo adaptarlas

**EVALUACIÓN: al finalizar cada año habrá una etapa de evaluación teórico-vivencial que habilitará el pasaje al año siguiente o a la finalización de la cursada y nos indicará el nivel logrado por el alumno en ese período y sus necesidades a seguir trabajando.**