

## INFORMAZIONI PERSONALI

**Imperato Emanuela****ESPERIENZA  
PROFESSIONALE**

Ottobre 2015 → Luglio 2023

***Insegnante Yoga per bambini***

Posturalia Centro Posturale  
Via Lelli n. 24, 40067 frazione Rastignano, Pianoro (BO)

Marzo 2023 → Giugno 2023

***Insegnante Yoga per bambini***

Scuola dell'Infanzia "Gianni Rodari"  
Via G. di Vittorio n. 30, 40024 Castel San Pietro Terme (BO)

Scuola dell'Infanzia "Andrea Ercolani"  
Via Scania n. 281, 40024 Castel San Pietro Terme (BO)

Scuola dell'Infanzia di "S. Martino In Pedriolo"  
Via Calcina n.9, 40024 S. Martino In Pedriolo (BO)

Aprile 2023 → Giugno 2023

***Insegnante Yoga per bambini***

Aprile 2022 → Giugno 2022

IC Rastignano - Scuola dell'Infanzia "Dada Antonella"  
Via Valle Verde n. 12, 40067 Rastignano – Pianoro (BO)

Novembre 2022 → Giugno 2023

***Insegnante Yoga per bambini***

Novembre 2021 → Maggio 2022

Aprile 2021 → Giugno 2021

Novembre 2019 → Febbraio 2020

IC Pianoro - Scuola Primaria "Diana Sabbì"  
Via Libertà n. 17/2, 40065 Pianoro (BO)

Febbraio 2023 → Aprile 2023

***Insegnante Yoga per bambini***

Scuola dell'Infanzia "Cavani"  
Via Torino n.28, 40068 San Lazzaro di Savena  
(BO)

Aprile 2023→Maggio 2023

**Insegnante Yoga per bambini**

IC Statale N.2 di San Lazzaro di Savena (Bo)  
Scuola Primaria "L.Milani"  
Via San Ruffillo n. 3, 40068 San Lazzaro di Savena (BO)

Marzo 2023→Maggio 2023

**Insegnante Yoga per bambini**

IC Statale N.2 di Bologna  
Scuola Primaria "Drusiani"  
Via Segantini n. 31, 40133 Bologna (BO)

Gennaio 2023→Marzo 2023

**Insegnante Yoga per bambini**

IC Statale N.12 di Bologna  
Scuola Primaria "Padre O. Marella"  
Via Populonia n. 9, 40139 Bologna (BO)

Aprile 2022→Maggio 2022

**Insegnante Yoga per bambini**

IC Statale N. 7 di Bologna  
Scuola Primaria "Scandellara"  
Via Scandellara n. 56, 40138 Bologna (BO)

Aprile 2022→Maggio 2022

**Insegnante Yoga per bambini**

IC Statale N.19 di Bologna (BO)  
Scuola Primaria "Cremonini- Ongaro"  
Via Bellombra n.28, 40136 Bologna (BO)

Marzo 2022→Aprile 2022

**Insegnante Yoga per bambini**

IC Statale N.10 di Bologna  
Scuola Primaria "Gualandi"  
Via dell'Artigiano n. 5, 40127 Bologna (BO)

Gennaio 2022→Aprile 2022

**Insegnante Yoga per bambini**

IC Statale n. 2 di San Lazzaro di Savena (BO)  
Scuola Primaria "Luigi Donini"  
Via Paolo Poggi n. 5, 40068 San Lazzaro di Savena (BO)

Marzo 2022→Giugno 2022

**Insegnante Yoga per bambini**

Scuola dell'Infanzia "Colibrì"  
Via Fantini n.32, 40065 Pianoro (BO)

**Novembre 2021→Febbraio 2022**

**Insegnante Yoga per bambini**

Scuola dell'Infanzia "Nonna Orsa"  
Via Grillini n.9, 40065 Pianoro (BO)

**Gennaio 2022→Aprile 2022**  
**Gennaio 2020→Febbraio2020**

**Insegnante Yoga per bambini**

IC Statale di Rastignano  
Scuola Primaria "Rita Levi Montalcini"  
Via Marzabotto n. 35,40067 frazione  
Rastignano, Pianoro (BO)

**Aprile 2021→Maggio 2021**  
**Novembre 2019→Febbraio 2020**

**Insegnante Yoga per bambini**

IC Statale di Pianoro  
Scuola Primaria "Pianoro Vecchio" Via Nazionale n. 196  
40065 Pianoro (BO)

**Novembre 2020→Febbraio 2021**  
**Aprile 2021→Giugno 2021**  
**Ottobre 2019→Febbraio2020**  
**Novembre 2018→Maggio 2019**  
**Novembre 2017→Maggio 2018**  
**Febbraio 2017→Giugno 2017**

**Insegnante Yoga per bambini**

Istituto Comprensivo Statale n. 13 di Bologna  
"Scuola Cesare Pavese"  
Via Cesare Pavese n. 15, 40141 Bologna

**Settembre 2019→Febbraio 2020**

**Insegnante Yoga per bambini**

Spiritual House Italia  
Via Riniera n. 4111  
40024 Castel San Pietro Terme (BO)

**Giugno 2019→Luglio 2019**

**Insegnante Yoga per bambini**

Unione Sportiva Zinella C.S.I. - Associazione Sportiva Dilettantistica c/o  
Palestra Scuola Media Jussi, Via J. F. Kennedy n. 36  
40068 San Lazzaro di Savena (BO)  
Palestra Oratorio San Marco, Via Papa Giovanni XXIII n. 43  
40068 San Lazzaro di Savena (BO)

Ottobre 2018→Aprile 2019

**Insegnante Yoga per bambini**

Palestra Studios Club  
Via Aurelio Saffi n. 4, 40033 Casalecchio di Reno (BO)

Ottobre 2016→Dicembre 2016

**Insegnante Yoga per bambini**

Centro Sportivo Acqua&Fitness  
Via Ettore Nardi n. 2, 40064 Ozzano dell'Emilia (BO)

Febbraio 2016→Maggio 2016

**Insegnante Yoga per bambini**

Leggere Strutture Art Factory  
Via Ferrarese n. 169, 40128 Bologna

Ottobre 2014→Giugno 2015

**Insegnante Yoga per bambini**

Palestra "Benefit Dance"  
Via Toscana n. 178/3, 40141 Bologna

**ISTRUZIONE E FORMAZIONE****DATE****25 Novembre 2023****Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione**

Seminario a cura di Marco Quietì psicologo e istruttore di Mindfulness

**Principali materie e abilità professionali oggetto dello studio**

"Restituire l'Infanzia all'Infanzia- Mindfulness per l'età evolutiva"

- perché Mindfulness e non meditazione
- quali pratiche per quali età
- come condurre e cosa enfatizzare durante la pratica
- adattare la pratica alle specificità del gruppo o del bambino
- Mindfulness nei disturbi del neurosviluppo (Adhd, Asperger, ecc.) caratteristiche distintive e particolari attenzioni
- pratiche di Mindfulness per bambini/e
- laboratori per favorire lo sviluppo delle qualità "Mindful" e in particolare della flessibilità psicologica
- il ruolo di chi "accompagna" alla pratica di consapevolezza e delle qualità che incarna

**DATE**                      **8 Gennaio 2023 e 7 Maggio 2023**

**Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione**

ARKIS Benessere e Yoga in rete  
A.P.S. Associazione di Promozione Sociale  
IMPARIAMO (CON ) LO YOGA 6^ EDIZIONE

**Principali materie e abilità professionali oggetto dello studio**

Seminario a cura di Giuseppina Rotondi  
BRAIN GYM E RITMICA:  
- Il cervello si sviluppa sperimentando lo spazio  
- Entrata con "CIUFF CIUFF – Il treno è qui"  
- In cerchio danza inchino  
- I contrari sviluppano il cervello  
- I Giochi per la stabilità e l'equilibrio  
- Esercizi di ginnastica intelligente con musica ritmata  
- Bicchieri parlanti  
- Accenni di Grafomotricità'

Seminario a cura di Sandra Benedetti e Anna Bergonzini  
LO SVILUPPO DEL BAMBINO DA 0 A 6 ANNI: l'implicazione corporea

**DATE**                      **30 Marzo 2023**

**Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione**

ARKIS Benessere e Yoga in rete  
A.P.S. Associazione di Promozione Sociale  
IMPARIAMO (CON ) LO YOGA 6^ EDIZIONE

**Principali materie e abilità professionali oggetto dello studio**

Seminario a cura di Anna Bergonzini  
YOGA AL NIDO- Il bambino 2/3 anni

:

**DATE****30 Gennaio 2022 e 2 Aprile 2022****Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione**

ARKIS Benessere e Yoga in rete  
A.P.S. Associazione di Promozione Sociale  
IMPARIAMO (CON ) LO YOGA 5^ EDIZIONE

**Principali materie e abilità professionali oggetto dello studio**

Seminario a cura di Anna Bergonzini  
-L'osservazione e la documentazione: significato e strumenti di lavoro

Seminario a cura di Damiano Donini  
-Educare al ben essere – significato di benessere, leggi in materia e disamina  
progetto Impariamo (con) lo yoga (temi della sua tesi di laurea magistrale)

Seminario a cura di Giuseppina Rotondi  
- BRAIN GYM E RITMICA:  
-ginnastica intelligente - tra teoria e pratica, nuove proposte educative attraverso il corpo

**DATE****Ottobre 2018→Aprile 2019****Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione**

RITMIA.COMPAGNIA SAS di Sonia Simonazzi  
Ente Formativo Accreditato dal Ministero dell'Istruzione dell'Università e della Ricerca

**Principali materie e abilità professionali oggetto dello studio**

Teoria e pratica:Primi giochi di base del primo modulo di RITMiA®.  
Area Motoria: Andature, posture e tecniche respiratorie dei primi giochi di base di RITMiA®. Imparare a gestire lo spazio e osservare il gruppo in silenzio e attraverso la produzione sonora alternando l'esecuzione degli schemi motori di base a posture e tecniche respiratorie che predispongano all'ascolto e all'osservazione di sé stessi e degli altri.  
Area Musicale: Le strutture melodico-ritmiche di RITMiA®. I Respiricanto relativi ai primi giochi di base. Esprimersi attraverso le pratiche respiratorie e la vocalità, combinando vocali, consonanti, parole e silenzi per creare ritmi, melodie e armonie.  
Dai Respiricanto all'uso degli strumenti musicali di RITMiA®.  
Area Pedagogico-relazionale: Il corpo, il respiro, le musiche come strumenti di ascolto di sé e di gestione del gruppo. Simulazioni.

**Qualifica conseguita**

Attestato di Partecipazione "RITMiA LaSCUOLA 2018" Primo Modulo

**DATE****Gennaio 2014→Novembre 2014****Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione**

Associazione Italiana Pedagogia Yoga – A.I.P.Y.

**Principali materie e abilità professionali oggetto dello studio**

Il ruolo dell'insegnante e dello yoga nel percorso evolutivo, Principi filosofici che supportano la prassi yogica e la pedagogia odierna più illuminata, Psicologia dello sviluppo, Programmi didattici per le diverse tappe evolutive e per la disabilità, Sperimentazione di pratiche yoga differenziate per età, Percorsi di yoga e di educazione all'ambiente, Yoga per la pace e per l'intercultura, Arteterapia (con attestato), Tecniche di interiorizzazione, consapevolezza del respiro e rilassamento, Percorsi di yoga e arte (teatro, musica, danza, pittura)

Il corso Yoga per Crescere fornisce le competenze necessarie a formulare e condurre progetti idonei alle esigenze dei bambini, dei ragazzi di oggi e del mondo della scuola. Ma è anche un'esperienza coinvolgente di auto-conoscenza in cui la teoria è integrata da role play, esercizi, discussioni, verifiche e tanti giochi.

**Qualifica conseguita**

Attestato di Specializzazione in Didattica Yoga per l'Età Evolutiva

**DATE****Settembre 2009→Giugno 2011****Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione**

ACCADEMIA ITALIANA SHIATSU DO

**Principali materie e abilità professionali oggetto dello studio**

L'accademia considera e offre lo shiatsu come cammino (DO) per una migliore conoscenza -relazione con sé e con l'altro, si caratterizza come una Scuola del fare ", l'apprendimento si basa sulla pratica, il modo più semplice ed efficace di apprendere e di evolvere, consiste nel praticare i kata. Nella tradizione orientale il kata è la forma codificata e ripetuta sempre uguale a sé stessa finalizzata a creare spontaneità nell'azione. Hoko no kata "Kata del camminare" (utilizzo della pressione palmare e del peso abbandonato). Tai ju no kata "Kata del peso portato" (utilizzo dei pollici sovrapposti ed affiancati, palmo e pollice). Ryo Atsu No Kata - kata del peso gestito e della doppia pressione utilizzo dei pollici su due punti differenti, punto fisso - punto mobile sui 12 Percorsi Energetici Principali) con la gestione di forme differenti di perpendicolarità riferite ai Jing Mai (Percorsi Energetici).• Esperienze di allineamento posturale (in particolare nelle posizioni eretta, quadrupedica e samurai). Esperienze di respirazione: ascolto del proprio respiro, relazione respiro e postura. • Utilizzo dei modelli interpretativi complessi tratti dalla Filosofia Tradizionale Cinese ( Jing Mai " I 12 Meridiani Principali" , Yin/Yang, Organi-Visceri).• Inizio di un percorso di evoluzione personale che favorisca la crescita della "sensibilità e dell'ascolto" nell'utilizzo degli Tsubo (punti dal giapponese) o Xue (punti dal cinese) e dei Percorsi Energetici. • Lavoro specifico sull'intensità ed il ritmo nella pressione. • Lavoro sulla respirazione volto alla conoscenza del proprio respiro, conoscenza dei "luoghi del respiro" ed alla relazione continua fra respiro, rilassamento, postura, Pressione.

**Qualifica conseguita**

Attestato di partecipazione al 1° e 2° Percorso Professionale

**DATE** Anno Scolastico 1988→Anno Scolastico 1993

**Nome e tipo di istituto di Istruzione o formazione**

Istituto Tecnico Statale Commerciale e per Periti Aziendali e Corrispondenti in LingueEstere "Enrico Mattei" di San Lazzaro di Savena (BO)

**Principali materie e abilità professionali oggetto dello studio**

Ragioneria, Tecnica Bancaria, Diritto, Scienze delle Finanze, Informatica, Lingue straniere (inglese, francese)

**Qualifica conseguita**

Diploma di Ragioniere e perito commerciale Votazione 49/60

**CAPACITÀ, COMPETENZE PERSONALI E PROGETTI**

Fin da bambina mi chiedevo, chiudendo gli occhi, se c'era qualcosa oltre a ciò che vedevo, percependo chiaramente che esisteva un senso più profondo delle cose che sfuggiva alla mia mente razionale ma non al mio cuore.

Da 'grande' mi sono avvicinata a tutto ciò che mi dà l'opportunità di un 'ASCOLTO' più profondo, dallo shiatsu, allo yoga, dal tango argentino alla danza creativa, dall'approfondimento dello sciamanesimo nativo Americano al Reiki e alla meditazione.

Ho partecipato nell'anno 2009-2011 all'esperienza come Operatrice di Shiatsu presso l'ACCADEMIA ITALIANA SHIATSU DO conseguendo l'Attestato di partecipazione al 1° e 2° Percorso Professionale.

Pratico Hatha Yoga da alcuni anni e ho sperimentato Anusara Yoga, scoprendo così l'opportunità di riuscire ad ascoltare ogni mia emozione con più chiarezza e consapevolezza rendendomi chiaramente conto di quanto lo Yoga può essere un importante strumento di crescita e supporto nel cammino della vita, ancora di più se sperimentato fin da piccoli.

Ho partecipato nel 2014 al corso annuale "Yoga per crescere" conseguendo l' "Attestato di Specializzazione in Didattica Yoga per l'Età Evolutiva" organizzato dall'Associazione Italiana Pedagogia Yoga; (<http://www.aipy.it/pages/formazione-aipy/yoga-eta-evolutiva.php>);

Successivamente nel mese di febbraio 2015 il "Centro Educativo Sportivo Nazionale" Ente di Promozione Sportiva riconosciuto dal CONI mi ha rilasciato il "Diploma Nazionale di Insegnante Yoga per bambini".

Ho partecipato al "Seminario di arteterapia - approfondimento e laboratori" tenuto dall'Arteterapeuta Selini Valentina dell' "Associazione Sociale Proiezione 180".

Ho partecipato nel mese di Aprile 2015 al "Seminario di formazione teorico-esperienziale sulle tecniche Yoga nell'infanzia" tenuto da Didi Ananda Paramità presso l'APNU (ASSOCIAZIONE PER IL NEO UMANESIMO), conseguendo l'Attestato di Partecipazione "Insegnamenti Yoga per bambini".

Da alcuni anni, presso il Centro Posturale "Posturalia" di Rastignano, insieme alla collega Francesca Rossi propongo il progetto "Enjoyoga" da noi ideato per l'incontro dello Yoga con i più piccoli.

L'obiettivo che si propone lo Yoga per bambini è di riuscire a trasmettere all'essere umano fin dalla tenera età gli strumenti che saranno loro necessari per acquisire e comprendere il funzionamento delle proprie dinamiche psichiche, emozionali, coscienziali e fisiche.

Tutto ciò permetterà al "futuro adulto" non solo di comprendere cosa desidera realmente ma di conoscere i propri stati emozionali e mentali al fine di tendere alla migliore versione di sé stessi imparando a gestirli.

Attraverso il percorso di crescita personale che lo Yoga continuamente ci dona ha fatto nascere

in noi il desiderio di nutrire il terreno fertile dei bambini, accompagnandoli ad esempio passo dopo passo a scoprire i propri talenti nel rispetto della propria individualità. Per noi Enjoyoga non è solo un progetto che nasce dall'elaborazione di quanto appreso durante i corsi di formazione e dell'esperienza dell'insegnamento, ma un costante lavoro di crescita e cambiamento personale grazie al continuo e reciproco confronto. Questo confronto ci ha portato alla comprensione che uno dei valori indispensabili nella delicata (e responsabile) missione dell'insegnamento è la chiarezza. Quella chiarezza che se già elaborata ed acquisita dentro di noi, diventa uno strumento di comunicazione molto efficace ed allo stesso tempo spontaneo. Le lezioni Enjoyoga prevedono la presenza di due insegnanti affinché il continuo confronto e la costante osservazione ci permettano di adattare, stimolare e mirare il percorso proposto in base alle dinamiche del singolo allievo rapportate a quelle del gruppo.

La sottoscritta è a conoscenza della responsabilità penale prevista per le dichiarazioni false ai sensi dell'art. 76 del D.P.R. 445/2000, dalle disposizioni del Codice Penale e dalle leggi speciali in materia. Inoltre, la sottoscritta autorizza al trattamento dei dati personali secondo quanto previsto dal D.L.196/2003 e dal GDPR (Regolamento UE 2016/679).

Bologna, 1° settembre 2023

Emanuela Imperato

