

- [HOME](#) ▪ [ARCHIVIO](#) ▪ [AUTORI](#) ▪ [REDAZIONE](#) ▪ [ARTICOLI](#) ▪ [ARGOMENTI](#) ▪ [CERCA](#)

- [NEWSLETTER](#)

TEMI CALDI: Indicazioni Nazionali 2025 • Intelligenza artificiale • Inclusione • Valutazione dirigenti

Biodanza

Per una pedagogia della cura e della relazione



Bruno Lorenzo CASTROVINCI / 06/02/2026 /

Scuola7-464

Corpo e mente non sono poli separati di un sapere frammentato, né compartimenti stagni di una scuola che per decenni ha privilegiato l'astrazione a scapito dell'esperienza. In una nuova visione dell'educazione, ciò che viene superato non è soltanto la prevalenza della lezione frontale, ma anche quell'insieme di "metodologie innovative" che, sebbene presentate come rivoluzionarie, da tempo abitano la pratica educativa e hanno ormai perso la forza dirompente della novità.

Neuroscienze e nuovo umanesimo

Mentre il dibattito pedagogico continua a stupirsi

Scuola7-464 • 6

Febbraio 2026

Nuovi orizzonti per abitare il futuro



In questo numero:

Riscrivere il tempo della scuola

Gianluca
BOCCHINFUSO

Biodanza

Bruno Lorenzo
CASTROVINCI

Scienza e parità

Rita Patrizia
BRAMANTE e
Vincenza
CAUSARANO

Educazione ecologica per terre e per mari

Rosalba

davanti a strategie didattiche consolidate, spesso elevate a mode passeggiere, le neuroscienze stanno silenziosamente riscrivendo l'intero scenario educativo, introducendo nuovi costrutti e nuovi paradigmi capaci di andare ben oltre il rinnovamento superficiale delle tecniche. Ciò che emerge non è un semplice aggiornamento metodologico, ma un cambiamento di sguardo: una vera e propria rifondazione del modo di pensare l'apprendimento.

Tutto questo confluiscce in un nuovo umanesimo, nel quale la complessità non è più un ostacolo da semplificare, ma una ricchezza da abitare. La lezione di Edgar Morin si rivela, oggi, più viva che mai: educare significa tenere insieme ciò che per troppo tempo è stato separato, ricucire mente, corpo, emozioni, relazioni e contesto in un'unica trama di senso.

Negli ultimi decenni, infatti, le neuroscienze hanno contribuito a una profonda revisione del concetto stesso di apprendimento, mettendo radicalmente in discussione la tradizionale dicotomia mente-corpo che ha, a lungo, caratterizzato i modelli educativi occidentali. Le ricerche sul funzionamento del cervello mostrano con sempre maggiore chiarezza che i processi cognitivi non sono entità astratte e disincarnate, ma emergono da un dialogo continuo tra percezione, movimento, emozione e relazione. Apprendere non significa accumulare informazioni, bensì costruire significati attraverso esperienze vissute, in cui l'intero organismo è coinvolto in un intreccio dinamico tra dimensione biologica, affettiva e sociale.

Neuromovimento ed esperienza trasformativa

È all'interno di questo quadro teorico e scientifico

MARCHISCIANA



**Notizie della scuola n. 8/9/10
del 16 dicembre-31 gennaio 2026**



Voci della Scuola
a cura di Mariella Spinosi e Maria Teresa Stancarone

Codice: 2791
Edizione: gennaio 2026,
Pagine 616, € 35,00

che si colloca la Biodanza, una pratica educativa capace di dialogare in modo profondo e coerente con il neuromovimento. La Biodanza riconosce il corpo come primo mediatore di conoscenza e il movimento come linguaggio originario dell'essere umano, precedente alla parola e al pensiero astratto. Non si tratta di "insegnare" attraverso il corpo, ma di riattivare le condizioni originarie dell'apprendere, là dove vita, emozione e relazione si intrecciano in modo naturale.

Ideata da Rolando Toro Araneda, la Biodanza non nasce come metodo didattico in senso tradizionale, ma come esperienza trasformativa capace di creare le condizioni neurobiologiche favorevoli all'apprendimento, alla regolazione emotiva e allo sviluppo armonico della persona. Attraverso il movimento, la musica e l'incontro, essa ricostruisce quel terreno vitale su cui possono germogliare motivazione, attenzione, memoria e benessere.

Ripensare l'educazione a partire da questa prospettiva significa compiere un atto culturale e pedagogico profondo, abbandonando l'illusione che l'apprendimento sia solo un fatto mentale e riconoscendo che educare è, prima di tutto, un'esperienza incarnata. È in questo spazio, dove corpo e mente tornano a dialogare, che l'educazione ritrova la sua dimensione più autentica, umana e generativa.

Biodanza come pratica educativa incarnata

La Biodanza può essere considerata una pratica educativa a pieno titolo perché agisce sui processi fondamentali attraverso cui l'essere umano costruisce identità, competenze e senso di sé. Il movimento proposto non è mai finalizzato alla prestazione o al risultato, ma è orientato a generare

esperienze dotate di valore affettivo e relazionale, capaci di lasciare tracce profonde a livello neurobiologico. In ambito educativo questo aspetto risulta centrale, poiché l'apprendimento autentico non si consolida attraverso l'accumulo di informazioni, ma attraverso esperienze significative che coinvolgono il corpo e attivano una partecipazione emotiva reale.

La Biodanza educa senza istruire in senso tradizionale, perché crea contesti esperienziali in cui la persona apprende vivendo, sentendo e integrando. Il corpo diventa il luogo in cui il sapere prende forma, non come contenuto da memorizzare, ma come esperienza da incorporare.

La biodanza non richiede performance. In quasi tutte le attività motorie scolastiche c'è un obiettivo esterno: fare canestro, eseguire un passo di danza correttamente o recitare una parte. Nella biodanza non esiste il concetto di errore, non si impara una coreografia. L'insegnante propone uno stimolo (un movimento naturale come camminare, saltare o tendere la mano) e il bambino deve solo "sentirlo". Mentre in molte attività la musica serve a dare il ritmo o a fare atmosfera, nella Biodanza la musica è un test semantico. Se l'obiettivo è la "vitalità", si useranno ritmi organici che stimolano il sistema simpatico (battito cardiaco, energia); se l'obiettivo è l'"affettività", si useranno melodie che inducono calma e connessione. Il bambino impara a regolare i propri stati interni (calma/eccitazione) non perché glielo chiede l'insegnante, ma perché lo vive biologicamente attraverso la musica.

Questa modalità educativa risulta particolarmente efficace in una società che tende a privilegiare l'astrazione e la verbalizzazione, restituendo centralità a forme di apprendimento più naturali e coerenti con il funzionamento del sistema nervoso.

Basi neuroscientifiche della Biodanza

La visione della Biodanza trova, oggi, una solida legittimazione nelle neuroscienze contemporanee, che descrivono il cervello come un sistema plastico, dinamico e continuamente modellato dall'esperienza. Le esperienze che integrano movimento, musica ed emozione attivano simultaneamente più reti neurali, favorendo un dialogo costante tra le aree motorie, quelle cognitive e il sistema limbico. Questa integrazione è fondamentale per lo sviluppo di apprendimenti stabili, poiché il cervello apprende in modo più efficace quando diverse funzioni vengono attivate in modo sinergico.

La Biodanza lavora intenzionalmente su questa integrazione, stimolando stati neurofisiologici associati al benessere, alla motivazione e alla sicurezza. L'attivazione di circuiti legati al piacere e alla regolazione emotiva riduce le risposte di allerta e di difesa, creando un terreno favorevole all'apprendimento e alla crescita personale. In questo senso, la Biodanza può essere letta come una pratica che educa il sistema nervoso a funzionare in modo più armonico ed equilibrato.

Neuromovimento e integrazione cervello corpo

Il neuromovimento studia il modo in cui il movimento organizza e modella il funzionamento del sistema nervoso, influenzando non solo le abilità motorie, ma anche le funzioni cognitive, emotive e relazionali. Ogni gesto modifica la percezione del corpo nello spazio, rafforza specifiche connessioni neurali e contribuisce alla costruzione del senso di identità corporea. Il movimento non è, quindi, un semplice atto meccanico, ma un processo complesso che struttura

il modo in cui l'individuo percepisce sé stesso e il mondo.

La Biodanza utilizza movimenti naturali, progressivi e non competitivi, rispettando i tempi biologici dell'organismo e favorendo processi di autoregolazione neurofisiologica. Questa gradualità consente al sistema nervoso di integrare l'esperienza senza sovraccarichi, promuovendo una maggiore coerenza tra sensazione, emozione e azione. Il movimento diventa così uno strumento educativo raffinato, capace di sostenere l'integrazione tra cervello e corpo in modo profondo e duraturo.

Emozione, sicurezza e apprendimento

Le neuroscienze affettive, quella branca specialistica che studia i meccanismi neurali alla base delle emozioni, degli affetti e dell'umore, hanno chiaramente dimostrato che l'apprendimento è strettamente dipendente dallo stato emotivo della persona. In condizioni di stress, paura o giudizio, il sistema nervoso attiva risposte difensive che limitano l'accesso alle funzioni cognitive superiori, compromettendo attenzione, memoria e capacità di elaborazione. Al contrario, quando l'individuo sperimenta sicurezza emotiva e relazionale, il cervello si apre all'esplorazione e alla curiosità.

La Biodanza lavora intenzionalmente sulla creazione di un clima emotivo sicuro, basato sull'accoglienza, sulla gradualità e sul rispetto reciproco. Il gruppo assume la funzione di base relazionale sicura, all'interno della quale l'individuo può sperimentare nuove modalità di espressione senza il timore di giudizio. Questa percezione di sicurezza agisce come un segnale bio-

chimico che permette al sistema nervoso di abbandonare lo stato di allerta e le modalità difensive; solo in assenza di stress, infatti, l'organismo può attivare le proprie risorse evolutive, favorendo un apprendimento più autentico, profondo e radicato nell'esperienza.

Apprendimento esperienziale e plasticità cerebrale

Dal punto di vista neuroscientifico, l'apprendimento più significativo è quello che coinvolge l'esperienza diretta e il corpo in azione. La plasticità cerebrale, ovvero la capacità del cervello di modificare le proprie connessioni in risposta all'esperienza, è massivamente attivata quando il soggetto è emotivamente coinvolto e corporeamente presente. La Biodanza stimola questi processi attraverso esperienze che integrano movimento, ritmo, emozione e relazione.

L'assenza di valutazione, competizione e giudizio permette al sistema nervoso di uscire da modalità di controllo e ipervigilanza, attivando, invece, circuiti legati al piacere, alla motivazione intrinseca e alla creatività. Questo rende l'apprendimento non solo più efficace, ma anche più accessibile, soprattutto per chi sperimenta difficoltà nei contesti educativi tradizionali. La Biodanza favorisce così un apprendimento che non è imposto dall'esterno, ma nasce dall'interno dell'esperienza vissuta.

Applicazioni educative e formative

Come pratica educativa correlata al neuromovimento, la Biodanza trova applicazione in diversi contesti, dalla scuola alla formazione degli adulti, fino agli ambienti educativi non formali. In

ambito scolastico può sostenere lo sviluppo delle competenze socio emotive, migliorare il clima di classe e favorire una maggiore capacità di attenzione e autoregolazione. Nei percorsi formativi per adulti può facilitare processi di consapevolezza, cambiamento e crescita personale, agendo a un livello profondo e non puramente cognitivo.

La forza della Biodanza risiede nella sua adattabilità, poiché non impone modelli rigidi o standardizzati, ma si modella sui bisogni reali delle persone e dei contesti. Essa offre un'alternativa concreta a modelli educativi e formativi eccessivamente centrati sulla dimensione razionale, restituendo centralità al corpo come risorsa educativa primaria e spesso trascurata.

Conclusione

Alla luce delle neuroscienze e del neuromovimento, la Biodanza si configura come una pratica educativa di grande attualità, capace di rispondere ai bisogni complessi dell'educazione contemporanea, sempre più chiamata a prendersi cura non solo delle competenze cognitive, ma anche del benessere emotivo e relazionale delle persone. Essa mostra come il movimento, quando è vissuto in modo consapevole, emotivamente significativo e relazionale, possa diventare un potente strumento di integrazione neurobiologica e di sviluppo umano.

Educare attraverso la Biodanza significa riconoscere che l'apprendimento più profondo nasce dall'esperienza incarnata e che il corpo, lungi dall'essere un semplice supporto dell'attività mentale, è il vero protagonista dei processi educativi. In un tempo segnato da frammentazione, accelerazione e crescente disconnessione dal sentire corporeo, la Biodanza offre una prospettiva

educativa capace di restituire centralità alla persona nella sua interezza, coniugando rigore scientifico, esperienza vissuta e profonda umanità.



CORSO CONCORSO DOCENTI



CORSO CONCORSO DIRIGENTE TECNICO



IN VETRINA

ARTICOLI IN EVIDENZA

NEI NUMERI PRECEDENTI

- [L'ascensore sociale](#)



bloccato

- Inclusione e nuovo PEI
- Prolungare l'anno scolastico: favorevoli e contrari?
- Il nuovo ministro tra le urgenze di oggi e le soluzioni per il domani
- Linee pedagogiche per il sistema integrato zerosei
- L'ascensore sociale non parte ancora



Scuola al limite: il dire e il fare dell'educazione

Scuola7-461 • 17/01/2026

Il coraggio d
Scuola7-4

Settimanale di informazione scolastica. (c) 2026 Tecnodid Editrice – Piazza Carlo III, 42 – 80137 Napoli - ISSN 3034-9680