

ENFANTS & FAMILLES

LE YOGA À L'ÂGE DE LA CRÈCHE UNE MÉTHODE ADAPTÉE, LUDIQUE ET MULTI-SENSORIELLE



Objectifs

Cette formation doit permettre au stagiaire de :

- Développer ses connaissances sur l'intérêt du yoga pour les jeunes enfants
- Acquérir des outils pour animer une séance de yoga pour les 2/3 ans

Programme

L'intérêt du yoga pour les jeunes enfants

- Qu'est-ce que le yoga ?
- Expérimentation d'une pratique pour adulte
- Les bienfaits du yoga pour enfants
- Expérimentation d'une séance pour les 2/3 ans

Déroulement de la séance

- Trame
- Cadre
- Matériel
- Pédagogie
- Positionnement et rôle de l'accompagnant

Présentation et expérimentation de différents outils

- Postures
- Exercices autour du corps
- Des 5 sens
- Relaxation

Création d'une séance

Méthodes pédagogiques

- Évaluation des connaissances et/ou des pratiques avant ou au démarrage, et à l'issue de la formation
- Apports de connaissances, expérimentations
- Remise d'un dossier pédagogique et de supports de pratique

Durée

1 jour soit 7 heures

Public

Tout professionnel de la Petite Enfance

Tarifs

230 € nets par stagiaire

Prérequis

Aucun

Prévoir une tenue adaptée et une serviette

Lieux

Inter ou intra entreprise

Accessibilité handicap

Formation accessible aux personnes en situation de handicap

