



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



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 de yoga

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

Présentation et expérimentation de différents outils

- Postures
- Exercices autour du corps
- Exercices autour 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



VALIDATION

Attestation de compétences acquises.

DURÉE

1 jour

MODALITÉS INTRA

TARIFS

1200 Euros

DATES INTRA 2026

À tout moment.

- Contactez-nous

PUBLIC

Tout professionnel de la Petite Enfance

PRÉREQUIS

Aucun

Prévoir une tenue adaptée et une serviette

INTERVENANT.ES

EJE, enseignante de yoga (prénatal, enfants, adultes).

ACCESSIBILITÉ HANDICAP

Formation accessible aux personnes en situation de handicap

LIEN DE LA FORMATION



[ou cliquez ici](#)