Yoga Enfants (6-12 ans)

16 novembre 2022
CREPS de Wattignies

La formation Yoga Enfants (6 ans-12 ans) va permettre de renforcer les compétences et les connaissances acquises après la formation Yoga 1. Idéal pour enrichir les séances enfant EPGV grâce à une activité ludique, de bien-être, de détente qui répond à des besoins fondamentaux du développement psychomoteur.

Nouvelle formation

PUBLIC

- Titulaire du CQP ALS Option AGEE
- Titulaire du CQP Instructeur FITNESS mention cours collectifs
- Titulaire d'un diplôme professionnel de niveau IV et plus dans le champ sportif (BP, STAPS, etc.) permettant l'encadrement de cette activité.

PRÉREQUIS

- Être titulaire du PSC1 (Prévention et Secours Civiques de niv1)
- Etre titulaire de la certification Yoga niv 1
- Être titulaire de la formation « Culture fédérale »
- Être à jour de sa carte professionnelle d'Éducateur Sportif (fournir une impression datée du site EAPS)

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Connaitre des outils ludiques et pédagogiques pour proposer une séquence Yoga enfants ou un cours Yoga enfants en structure
- Connaitre les adaptations de la pratique au public enfant
- Concevoir un cycle d'activités Yoga pour les enfants 6-12 ans

CONTENUS DE LA FORMATION

- Amener les Yamas, Nyamas et les asanas de façon ludique et savoir comment les travailler et pourquoi
- Développer les sens de l'enfant
- Amener les enfants à décrire leurs émotions et à développer leur conscience corporelle
- Travailler la respiration et la méditation avec les enfants

MOYENS TECHNIQUES ET PÉDAGOGIQUES

- Livres de méditation/relaxation
- Apprendre différents Massages (mains/pieds)
- Salutations au soleil
- Construire une histoire autour des asanas

OUTILS DE FORMATION

- Parcours et jeux sensoriels
- Danse expression
- Jeux avec les cartes des asanas
- Accessoires : balles de massage, plumes …

DIRECTEUR DE FORMATION, FORMATEURS ET/OU INTERVENANTS

- Directeur de Formation FFEPGV
- Formateur FFEPGV

MODALITÉS DE VALIDATION

- Feuilles de présence
- Fiche d'émargement
- Formulaires d'évaluation de la formation
- Évaluation formative :
  - Mises en situation pratique
  - Animation de séquences.

MODALITÉS DE CERTIFICATION

- **Formation non certifiante – délivrance d'une attestation de suivi**
- **Pour y accéder :**
  - Avoir suivi intégralement la formation

DIPLÔME REMIS

- Attestation de suivi – formation non certifiante

BÉNÉFICES MÉTIER

- Renforcer ses compétences d'animation (technique, démarches pédagogiques).

POINTS FORTS

- Une formation modulaire complémentaire afin d'enrichir ses compétences d'animateur
- Un contenu indispensable pour répondre aux demandes de bien-être et de santé au quotidien, adapté aux besoins de chacun, tant pour les pratiquants que pour les animateurs
- Des outils clefs en main avec la remise du manuel et son DVD Pilates Fondamental.

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTION

- Coût pédagogique : 273 €
- Comité Régional d'Éducation Physique et de Gymnastique Volontaire Hauts-de-France
519A Avenue de Dunkerque, 59160 LOMME (LILLE)
Tél. 03 20 88 27 30
Mail : hautsdefrance@comite-epgv.fr

Vous êtes en situation de handicap et souhaitez participer à l'une de nos formations ? Consultez-nous : nous mettrons tout en œuvre pour trouver une solution adaptée.

DURÉE ET DÉROULÉ DE LA FORMATION : 7 h

- Formation en centre : **7 h**

POUR ALLER PLUS LOIN

- **Formations 7-12 ans et 9 mois-6ans**
- **Formation Yoga Niv 2**