

Yoga enfants

Formation pour enseigner le yoga aux enfants ! En tant que professeur de yoga, vous avez la merveilleuse opportunité d'initier les enfants à une pratique qui favorise non seulement la santé physique, mais aussi le bien-être mental et émotionnel. Cette formation a été conçue pour vous fournir les outils nécessaires pour créer des séances de yoga amusantes, éducatives et enrichissantes pour les enfants de tous âges.

Durée: 12.00 heures (2.00 jours)

Profils des apprenants

- Professeurs de Yoga

Prérequis

- Avoir validé la formation Yoga 1 ou une autre formation Yoga

Accessibilité et délais d'accès

à compter de la signature du devis ou du contrat de formation ou de la convention de formation, le délai d'accès pour débiter la formation est de 14 jours.

2 semaines

Qualité et indicateurs de résultats

Nombre de participants : 307

Taux d'obtention : 93,95%

Taux de satisfaction : 97,14%

Taux de recommandation : 100%

Taux de confiance* : 94,27% (*personnes suivant 2 ou plusieurs formations chez nous)

(depuis la 1ère formation en novembre 2021)

Objectifs pédagogiques

- Adapter le cours à plusieurs publics cibles (enfants de tous âges)
- Concevoir et animer des séances de Yoga Enfants de qualité, individuelles ou collectives, tous niveaux
- Enseigner de façon ludique pour savoir garder l'attention des enfants
- Être capable de proposer des activités qui développent les qualités physiques des enfants (force, souplesse, équilibre, proprioception)
- Être capable de proposer des activités qui développent la créativité des enfants
- Être capable de proposer des activités qui apaisent le mental des enfants

Contenu de la formation

- Module 1 : 3h20
 - Introduction (30mn)
 - Master Class Vinyasa (50mn)
 - Manuel de formation : Chapitre 1 et 2 (12mn)
 - Quizz de validation (15mn)
 - Manuel de formation : Chapitre 3 et 4 (début) (45mn)

Studio Air

81 rue Gabriel Fauré
92500 Rueil-Malmaison
Email : air.studioyoga@gmail.com
Tel : +33767672762



- Calme et attentif comme une grenouille. Ton guide sérénité. (18mn)
- Devoir de validation Module 1 Yoga Enfants (30mn)
- Module 2 : 2h30
 - Présentation vidéo Chaîne YT Béatrix de Montalier (17mn)
 - Manuel de formation : Ch. 4.2. Cartes et jeux (20mn)
 - Manuel de formation : Ch. 4.2.5. Le jeu des 7 familles (11mn)
 - Quizz de validation (12mn)
 - Devoir de validation Module 2 Yoga Enfants (150mn)
- Module 3 : 3h30
 - Je respire avec mon ventre (8mn)
 - Les 5 sens (10mn)
 - Voyage avec l'oiseau du bonheur (5mn)
 - Devoir de validation Module 3 Yoga Enfants (97mn)
- Module 4 : 2h40
 - Manuel de formation : Ch. 4.2. Relaxation - Méditation (31mn)
 - Manuel de formation : Ch. 4.2.5. L'étoile de mer (22mn)
 - Devoir à envoyer Méditation module 4 Yoga enfants (30mn)
 - Récap des postures les + courantes (17mn)
 - Cours yoga enfants avec les enfants (57mn)
 - Le mot de la fin (3mn)
 - Evaluation finale (60mn)

Organisation de la formation

Équipe pédagogique

Béatrix de Montalier

- Master Trainer Port de Bras
- Pilates Matwork 1, 2, 3, femme enceinte et sénior, petit matériel
- Brevet d'état des métiers de la forme
- 500h RYS de professeur de Yoga
- Diplôme de fin d'études du Conservatoire National Supérieur de Musique et de Danse de Paris en danse contemporaine
- Educateur sportif sport-santé spécialisation pathologies et handicaps

Ressources pédagogiques et techniques

- manuel de formation
- vidéos
- PDF
- Musiques à télécharger
- Jeux de cartes à imprimer
- Jeux à imprimer et à découper

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Mise en pratique via des quizz et des devoirs
- Démonstrations et explications du formateur en vidéo
- Exploration guidée : les modules permettent aux apprenants de découvrir les notions en autonomie avec des sources accompagnatrices
- Apprentissage asynchrone et autoformation : modules e-learning scénarisés accessibles à tout moment, supports variés : vidéos, PDF, musiques à télécharger, cartes et jeux à imprimer
- Accompagnement synchrone : messagerie, visio, téléphone directement avec le formateur pour répondre aux questions et maintenir la motivation
- Feedbacks personnalisés sur les travaux et les évaluations
- Évaluations formatives et sommatives : quizz et tests intermédiaires pour valider les acquis à la fin de chaque module, évaluation finale pour valider les compétences acquises

Studio Air

81 rue Gabriel Fauré
92500 Rueil-Malmaison
Email : air.studioyoga@gmail.com
Tel : +33767672762



Prix : 360.00