

DEVELOPPEMENT MOTEUR

Construire et animer un atelier de relaxation

Délai d'accès : 1 semaine

Accessibilité : Nous contacter

Public : Tout professionnel de la petite enfance et de l'enfance (3 mois à 6 ans)

Durée : 14h (2 jours)

Intervenant(s) : Sandrine **POUJEUX**

Educatrice sportive, préparateur mental, coach en développement personnel.

Fondatrice de Môm'éveil et de la méthode CEME.

Formatrice au Greta auprès des assistantes maternelles pendant 6 ans.

17 années d'intervention auprès de structures petite enfance, enfance, et d'animation.

Modalités : En salle DÉFI - Dans votre structure – Formation Pratique sur Site

Date(s) et Lieu(x) :

EN SALLE (DÉFI Bayonne)

- 10/04 et 14/05/2024

SUR SITE À définir avec la structure

Tarif en financement employeur :

INTRA sur devis **INTER** à partir de 600€/personne

Tarif en financement individuel : 300€

Méthodes pédagogiques :

- Accueil des apprenants dans une salle dédiée à la formation
- Brainstorming
- Analyse et retour des pratiques
- Quiz en salle
- Mise à disposition de documents supports

Évaluation des apports de formation :

- Feuilles de présence
- Mises en situation
- Formulaires d'évaluation de la formation
- Certificat de réalisation de l'action de formation

Cette formation a pour but de permettre aux professionnels (le)s de la petite enfance et de l'enfance de construire et animer un atelier de relaxation pour les jeunes enfants.

Adopter un savoir-faire afin de répondre aux besoins de l'enfant en fonction de l'observation et du ressenti du moment.

Adopter un savoir être dans l'accompagnement de l'enfant.

OBJECTIFS

- Savoir construire et animer un atelier de relaxation
- Savoir identifier les moments propices à la relaxation
- Savoir accompagner l'enfant en toute sécurité affective pour lui permettre un moment de relaxation, de détente, de récupération physique et émotionnelle
- Analyser et approfondir l'utilisation de l'outil pour faire évoluer sa pratique professionnelle et aller vers une pérennisation à travers son « projet » d'accueil.

PROGRAMME

Prérequis : aucun

- I. Définition de la relaxation et mise en pratique : 3h30**
 - Définition de la relaxation chez l'enfant
 - Mise en place d'une séance de relaxation
 - Savoir faire avec le matériel, objets à disposition
 - Savoir réguler physiquement et émotionnellement l'enfant
 - Vivre une séance de relaxation

- II. La posture professionnelle : 3h30**
 - Savoir observer l'enfant, ressentir l'atmosphère pour la mise en place d'une séance
 - Posture physique : accompagner l'enfant vers sa propre autonomie
 - Posture verbale : communication bienveillante et positive
 - Pérennisation : de l'atelier au projet de la structure : pour une motricité autonome et sécuritaire

- III. Partager les expériences de chacun depuis la mise en place de l'outil et approfondissement : 6h30**
 - Echanger sur ce qui a été mis en place, les réussites, les surprises et les difficultés rencontrées
 - Identifier les points forts et les axes d'amélioration
 - Rappel théorique et approfondissement
 - De l'outil au projet : pérennisation et atelier parents-enfants.

- IV. Evaluation des acquis : 30 min**
 - Quiz en début de formation
 - Quiz en fin de formation