

## 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