



RECHERCHE SUR LE YOGA  
DANS L'ÉDUCATION

## PUBLIC CONCERNÉ

Cette formation s'adresse à toute personne pratiquant le yoga et concernée par l'éducation : enseignants, professionnels intervenant dans le champ éducatif ou médico-éducatif, professeurs de yoga et parents.

## PRÉREQUIS

Une pratique régulière de yoga (attestation de pratique demandée à l'inscription).

## MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Les formations du RYE alternent exposés théoriques, démonstrations et expérimentations des techniques présentées, et incluent des ateliers de conception de séances.

## VALIDATION

Une attestation de présence à la formation est remise à l'issue du stage.

## PROFIL DU FORMATEUR

La formatrice est psychomotricienne, professeure de yoga et professeure de danse.

## LES AUTRES FORMATIONS

- 5 séances autour des techniques RYE

### STAGES FONDAMENTAUX

- Techniques de Yoga dans l'Éducation (TYE)
- Techniques de Relaxation dans l'Éducation (TRE)

### STAGES THÉMATIQUES

- Animation de groupe
- Développement de l'enfant et yoga
- Préparation aux examens par le yoga
- Yoga adapté aux besoins éducatifs particuliers
- Yoga et relaxation adaptés aux besoins des professionnels de l'éducation
- Yoga et relaxation en milieu scolaire
- Yoga pour adolescents
- Yoga pour les enfants de maternelle et élémentaire

### STAGES RÉSIDENTIELS

# ÉDUCATION PHYSIQUE ET YOGA

10 heures

en présentiel

1 week-end

200,00€



## OBJECTIFS

À l'issue de cette formation, les participants seront capables d'intégrer des techniques de yoga dans les pratiques sportives dispensées dans le cadre des cours d'éducation physique et sportive (sports collectifs, gymnastique, athlétisme, natation, etc.) dans les contextes scolaire et périscolaire.

## CONTENU DE LA FORMATION

En alliant pratiques et théorie, en respectant le développement de l'enfant et en l'adaptant aux différents âges, seront abordés les fondamentaux du yoga en termes de postures, respiration et relaxation.

Ce stage montre comment :

- construire une séance d'échauffement à partir du yoga
- faire une analyse détaillée des postures et des enchaînements
- placer des temps de relaxation et de recentrage en début, milieu et fin de cours

## CALENDRIER 2019/2020

Paris :

- Du 30 au 31 mai 2020

La Réunion :

- Du 11 au 12 Juillet 2020

INSCRIPTIONS sur le site [www.rye-yoga.fr](http://www.rye-yoga.fr)