



RECHERCHE SUR LE YOGA
DANS L'ÉDUCATION

OBJECTIFS

Cette formation permet d'acquérir les Techniques de Yoga dans l'Éducation développées par le RYE, afin d'en faire bénéficier des enfants ou des adolescents, dans un établissement scolaire ou en salle de yoga.

À l'issue du stage, les participants seront à même de proposer des exercices isolés ou des séances complètes répondant à des objectifs tels que :

- améliorer la relation des élèves entre eux et avec les adultes qui les entourent ;
- stimuler les facultés de l'élève en redonnant au corps sa place dans l'apprentissage ;
- aider les enfants et les adolescents à réguler leurs émotions ;
- favoriser l'estime de soi.



PUBLIC CONCERNÉ

Cette formation s'adresse aux professeurs de yoga souhaitant proposer des ateliers dans les établissements scolaires de tout niveau ou des cours de yoga « en salle » pour enfants ou adolescents.

PRÉREQUIS

Les participants doivent avoir suivi une formation de professeur de yoga et être titulaires d'une certification.

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 formation est remise aux conditions suivantes : assiduité aux six journées.

PROFIL DES FORMATEURS

Les formateurs du RYE conjuguent la double compétence d'enseignant ou d'éducateur et de professeur de yoga.

TECHNIQUES DE YOGA DANS L'ÉDUCATION (TYE INTENSIF)

SEMAINE INTENSIVE RESERVÉE
AUX PROFESSEURS DE YOGA CERTIFIÉS

40 heures

en présentiel

6 jours consécutifs

770,00€



CONTENU DE LA FORMATION

YOGA

- Créer et entretenir une ambiance propice à la pratique du yoga : exercices simples pour le corps et la voix visant à mettre les enfants et adolescents en confiance et à créer une dynamique de groupe
- Favoriser le bien-être et le calme, développer l'attention et la motivation, améliorer la gestion du stress et des émotions en s'appuyant sur le continuum corps-mental : se mettre en bonne posture, bien respirer, se détendre, se concentrer
- Stimuler la créativité : mandala, carte heuristique, écriture, musique et chant...

PÉDAGOGIE

- Prendre en compte le développement physique, psycho-affectif et cognitif des enfants et des adolescents
- Concevoir des séances de yoga en s'appuyant sur l'échelle de Patañjali, structure essentielle de la pédagogie RYE
- Construire une progression pour atteindre un objectif principal (mieux-vivre ensemble, estime de soi, concentration, gestion du trac avant les contrôles, etc.)
- Gérer un groupe d'enfants ou d'adolescents : importance de la créativité de l'enseignant et/ou de l'animateur, de l'observation fine et des capacités d'adaptation

CADRE

- Respecter l'éthique du RYE pour l'introduction du yoga dans le contexte périscolaire : respect mutuel, laïcité
- Dialoguer avec l'institution (Éducation nationale, mairies, etc.) : identifier les interlocuteurs, monter et présenter un projet
- Communiquer avec les familles et les autres partenaires (enseignants, animateurs, etc.)

Tout au long de la formation, des ateliers de création collective de séances et de cycles renforcent les acquis.

L'après-midi du jeudi et la journée du vendredi sont tout particulièrement consacrées à des exemples d'applications pratiques adaptées à différents âges et objectifs.

CALENDRIER 2020/2021

Paris : • 19 octobre au 24 octobre 2020

INSCRIPTIONS sur le site www.rye-yoga.fr