



RECHERCHE SUR LE YOGA
DANS L'ÉDUCATION

PUBLIC CONCERNÉ

La formation s'adresse aux professionnels, aux parents, aux professeurs de yoga... pratiquant le yoga ou débutants, découvrant le RYE ou ayant déjà suivi ses formations*.

PRÉREQUIS Aucun.

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Cette formation est composée d'expérimentations, de courts exposés théoriques, de démonstrations et de mises en situation.

MÉTHODES D'ÉVALUATION

Mises en situation et quiz

VALIDATION

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

PROFIL DES FORMATEURS

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

* Les formations du RYE sont accessibles aux personnes en situation de handicap, contacter le secrétariat pour identifier les adaptations possibles

LES AUTRES FORMATIONS

DÉCOUVERTE

- Éducation physique et yoga
- Yoga et relaxation adaptés aux professionnels de l'éducation

FONDAMENTAUX

- Techniques de Yoga dans l'Éducation
- Techniques de Relaxation dans l'Éducation

THÉMATIQUES

- Développement de l'enfant et yoga
- Éducation physique et yoga
- Préparation aux examens par le yoga
- Besoins éducatifs particuliers
- Yoga pour adolescents
- Yoga pour les enfants de maternelle et élémentaires

RÉSIDENTIELS

DÉCOUVERTE PRÉPARATION AUX EXAMENS

10 heures

en présentiel

10 heures en weekend

200€* / 330€**



OBJECTIFS

L'objectif général de la formation est de permettre aux participants d'aider les élèves à négocier au mieux les périodes de révisions et les épreuves elles-mêmes (examen, contrôle, concours etc.).

A son issue, les participants seront capables d'identifier les mécanismes du stress et du trac ainsi que les besoins qui se font sentir à l'approche d'un examen.

Ils sauront choisir les pratiques de yoga répondant le mieux à ces besoins et les adapter à leur contexte professionnel, tenant compte du cadre (classe ou atelier, entre autres), du temps disponible, de l'âge des élèves, de la nature de l'épreuve préparée (écrit ou oral par exemple).

CONTENU DE LA FORMATION

Le yoga apporte une aide remarquable dans la gestion du stress et du trac lors de la préparation des examens. Il améliore la concentration, renforce la confiance en soi, détend et défatigue.

Le stage propose de découvrir des exercices de yoga simples et transférables auprès des jeunes. Tout au long de la formation, les participants les expérimentent, les analysent puis s'entraînent de manière à être en capacité de les guider.

Un atelier de construction de séances et de progressions permet aux participants d'adapter le contenu du stage à leur propre contexte.

* Tarif particulier / ** Tarif prise en charge

INSCRIPTIONS sur le site www.rye-yoga.fr

Association loi 1901, agréée par le ministère de l'Éducation nationale
RYE France – 35 rue Rousselet – 75007 Paris
N° Formateur 11 75 52767 75 – N° Siret 409 890 019 00030



MINISTÈRE
DE L'ÉDUCATION
NATIONALE, DE
L'ENSEIGNEMENT
SUPERIEUR ET DE
LA RECHERCHE