

Ayam Enfant

Formation Yoga enfants et Ado

Apprendre à transmettre le meilleur du yoga aux plus jeunes pour contribuer à avoir des adultes de demain en conscience de leur intelligence corporelle, émotionnelle, relationnelle et spirituelle.

Dispensée par Maria Giana Leon, avec la participation de Vanessa Brouillet et l'intervention de Marie Schneider

La formation se compose de 4 modules répartis sur 7 mois, un toutes les 6 semaines, les vendredi après-midi et samedi. **Elle est dispensée entièrement en présentiel en présence de la formatrice.**

Elle s'adresse à toutes les catégories d'âges d'enfant : 3/6 ans, 7/10 ans et 11/14 ans

Et couvre l'ensemble des techniques de yoga adaptées aux enfants afin de leur donner les outils nécessaires à une vie d'adulte épanouie, et en paix.

Les + de la formation :

- La possibilité de venir **assister à des cours** avec la formatrice
- L'utilisation des **hamacs**
- La **créativité** au coeur du processus
- une **méthode** innovante en intelligence collective pour l'appropriation, qui a fait ses preuves
- des techniques spécifiques pour les **ados**
- le travail en **binômes**
- l'intégration d'auto **massages** et massages en binômes

A l'issue de cette formation vous pourrez :

- Créer des cours de yoga pour tous les âges
- Savoir comment utiliser la **respiration**, la **relaxation** et le mouvement pour apaiser ou dynamiser les enfants ou simplement créer une expérience corporelle vivante
- Créer des ateliers **spécifiques** en fonction de vos intention (mise au calme, gestion des émotions ...)
- Utiliser des **hamacs** pour des cours
- Faire travailler les enfants en **binôme**
- Savoir aborder la **méditation** avec les enfants
- Imaginer des **ateliers créatifs** pour tous les âges
- Comprendre la place du yoga pour enfant dans le yoga en général
- Comprendre les besoins différents des enfants suivant les **âges**.
- Savoir créer des cours à thème
- Développer sa propre créativité pour éveiller celle des enfants et développer des processus pédagogiques **ludiques**.

Ce que le yoga permet aux enfants :

- **Apprivoiser** son propre corps
- Se donner confiance (et **amour**) en Soi, en son corps, ses émotions, ses **pensées**
- Gérer stress et **émotions**

- Apprendre à **prendre soin** de soi, à se **dynamiser** ou à se **relaxer**
- Développer sa **motricité**, sa **souplesse** et sa **puissance**
- Apprendre une qualité de **relation** aux autres, de relation à la société, de **citoyenneté**, et **d'habitant de la terre** en lien avec le vivant
- Appréhender le yoga en tant qu'**outil complet** pour développer sa vie de future adulte
- Savoir **respirer** et comment utiliser le souffle
- Comprendre le rôle de la pensée et ne pas se laisser envahir par elle
- Développer ses compétences et la **confiance en la vie**.

Dates

Présentation en visio le lundi 29 avril à 18h

Promotion 1 2024

Vendredi 17 et samedi 18 mai 2024
 Vendredi 21 et samedi 22 juin 2024
 Vendredi 23 et samedi 24 août 2024
 Vendredi 4 et samedi 5 octobre 2024

Promotion 2 2024-25

Vendredi 8 et 9 Novembre 2024
 Vendredi 6 et 7 décembre 2024
 Vendredi 31 janvier Samedi 1^{er} février 2025
 Vendredi 28 et samedi 29 mars 2025

Promotion 3 2025

Vendredi 25 et samedi 26 avril 2025
 Vendredi 20 et samedi 21 juin 2025
 Vendredi 22 et samedi 23 août 2025
 Vendredi 3 et samedi 4 octobre 2025

Horaires

Vendredi 14h-18h
 Samedi 12h -19h

Prix

980€ ttc
 Avec prise en charge 1280€
 Payable en plusieurs fois

Durée

40 heures en présentiel

10 heures de travail personnel ou assistance au cours : 30mn par semaine x24 semaines : 12 heures plus 1 heure par semaine d'étude et travail sur les devoirs 24 heures, plus assistanat 1h mini. Soit 40h de travail personnel, suivi et assistanat.

80 heures au total.

Inscription

Ayam.enfant@gmail.com

Maria 06 52 18 68 53

Vanessa 06 18 03 02 65

Règlement

300€ à l'inscription non remboursable puis 1 à 3 virements ou chèques libellés à l'ordre d'Ayam à envoyer à AYAM – ZA La Roque Forcade – 13720 Belcodène

Lieu

Yama Aix

4, rue Pierre de Coubertin

13100 Aix-en-Provence

A qui s'adresse la formation ?

Enseignants de yoga

Professionnels de l'enfance et de la petite enfance

Enseignants, éducateurs spécialisés

Professeurs des collèges

Parents (ou pas) curieux et passionnés

Contenu de la formation

La formation se compose de 4 modules répartis sur 7 mois.

Elle aborde les différents aspects du yoga, corps, tête, cœur, souffle, reliance au grand tout, à travers 8 types de techniques :

- Postures : seul, en binôme, en hamac
- Respiration
- Concentration, méditation
- Relaxation
- Massages
- Créativité, expression artistique et corporelle
- Gestion des émotions
- Philosophie

Elle permet d'appréhender les besoins des enfants suivant les âges afin de créer des cours adaptés à la fois aux enfants et aux structures dans lesquels se déroulent les cours.

Enfants ciblés

Elle se décline suivant les besoins de 3 catégories d'âge :

- 3/6 ans
- 7/10

- 11/14

Clôture et Diplôme

Un certificat de suivi de formation est remis à l'issue de la formation sous réserve de :

- Présence à tous les modules
- Présence dans les groupes de travail
- Remise des travaux de groupe
- Remise du travail de fin de formation en vidéo ou tout autre support collaboratif et créatif.

Méthode pédagogique

La formation est donnée suivant **la pédagogie d'ayam** centrée sur l'intelligence collective permettant des apprentissages cohérents avec la matière étudiée et les compétences des personnes. Elle favorise l'expérimentation et la mise en situation.

La formation s'appuie sur **une des plus anciennes écoles de yoga la région, Yama**, et permet aux élèves de la formation d'être assistant lors des cours hebdomadaires (mercredi 10h 7/10 ans et jeudi 17h30 9/14 ans)

Formation certifiée Yoga Alliance et Qaliopi

Ayam : changer le monde un pas après l'autre.