



FORMAPEP

ACCOMPAGNEMENT
DE L'ENFANT

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Méthodes dynamiques, apports théoriques, mises en pratique, en situation, expérimentations, documentation, bibliographie, diaporama, films, liens internet

TYPES D'ÉVALUATION

- Prise de parole intermédiaire pour évaluer le dynamique de travail et les échanges
- Validation du niveau d'acquisition des objectifs par le formateur sur l'attestation de fin de formation
- Questionnaire écrit d'évaluation remis en fin de formation

PUBLIC ET PRÉREQUIS

- Toute personne travaillant auprès de jeunes enfants de 6 à 10 ans
- Être sensibilisé aux besoins de l'enfant

Groupe de 6 personnes maximum

MODALITÉS



3 DEMI-JOURS : soit 12 heures

INTRA : toutes nos formations peuvent être organisées sur site sur simple demande de devis via l'adresse ail

formapep@peplorest.org

Individuel : Préinscription sur www.formapep.org (une date de session vous sera confirmée dès 6 inscriptions – une information vous sera envoyée au minimum 1 mois avant le démarrage)



420 € : déjeuners non compris

DÉCOUVRIR LES TECHNIQUES LUDIQUES ET CRÉATIVES DE LA RELAXATION POUR ENFANTS

OBJECTIFS GÉNÉRAUX

- Identifier les différentes émotions chez l'enfant
- Identifier les différentes techniques de relaxation
- Apprendre à l'enfant à gérer ses émotions

OBJECTIFS DÉTAILLÉS

- Apprendre à mener un atelier de relaxation durant la pause méridienne
- **Acquérir des techniques pour la mise en place d'une activité de relaxation en fonction de l'âge de l'enfant** : jeux corporels, automassage, massage, jeux de respiration, imagerie mentale
- Permettre à l'enfant d'expérimenter l'état de bien-être et développer sa conscience corporelle
- Animer des séances individuelles et collectives avec une approche pédagogique suscitant l'intérêt, la curiosité et l'investissement de l'enfant
- Adapter et improviser les outils et méthodes de relaxation en fonction de l'humeur, la curiosité et l'état émotionnel de l'enfant
- Apprendre aux enfants à nommer, identifier et évaluer leurs émotions afin de mieux les gérer

CONTENU

- **Méthodologie pour créer des séquences de relaxation ludique avec les enfants** : acquérir les différentes approches de relaxation ludique (la respiration consciente, la relaxation dynamique, la méthode de Jacobson, imagerie mentale, musique corporelle, automassage, etc)
- Exercices de respiration pour favoriser la concentration, les retours au calme, pour une meilleure gestion des émotions
- **Outils développant la concentration, la créativité et l'imaginaire** : postures animaux
- Mises en pratique : apprentissage de la méthode d'automassage, lecture de textes d'imagerie mentale, savoir « poser sa voix »
- Construction et animation d'une séance individuelle et collective en respectant les techniques pédagogiques associées (jeux, dessins, mandalas, contes, créativité, danse, jeux théâtraux, mimes, etc.)



INTERVENTION

Latifa MOKEDDEM

Formatrice interne PEP
Directrice d'ACM
Animatrice en EVS