

**FORMATION PROFESSIONNELLE :
ENSEIGNEMENT DU BABY YOGA
ET YOGA JEUNES ENFANTS (0-5 ANS)**

14 heures

AVEC CLAUDIA MARTIN DE YOGAPASSION

4 mots-clefs :

Partage, bienveillance, pédagogie, adaptabilité

Horaires : 8h30-16h30 avec 1h de pause déjeuner

Objectifs de la Formation



- Apprendre les savoirs, les techniques et les connaissances nécessaires pour faire découvrir le Yoga aux bébés et aux jeunes enfants ;
- Construire un enseignement passionné, laïque, de haute qualité, adaptable à chaque bébé et jeune enfant et à chaque contexte ;
- Partager un enseignement qui rend hommage à la tradition du Yoga, tout en s'adaptant aux besoins des bébés et des jeunes enfants modernes ;
- Favoriser l'expérience personnelle et le partage

d'expériences et encourager l'expression de la personnalité de chaque professeur(e).

Public de la Formation

Cette Formation est ouverte à toute personne majeure, particulier ou professionnel, désireuse de s'engager avec passion dans l'enseignement professionnel du Yoga et remplissant les conditions suivantes :

- Etre âgé(e) de plus de 18 ans ;
- Lire, écrire et parler le français couramment ;
- Avoir un niveau de qualification égal ou supérieur au Baccalauréat ;
- Justifier d'une pratique régulière du Yoga (cours collectifs, particuliers, etc.) ;
- Ne pas avoir de problème médical grave qui empêcherait de participer à la Formation.

La Formation est accessible :

- Aux profs et aux futur(e)s profs de Yoga
- Aux enseignant.es et aux éducateurs. trices de jeunes enfants
- Aux infirmiers.ières et psychologues spécialisé.e.s en petite enfance

- Aux professionnels médicaux : médecins, pédiatres, pédopsychiatres etc.
- Aux puériculteurs.trices et auxiliaires de puériculture
- Aux assistant.e.s maternelles et aux nourrices
- Aux profs de danse et d'éducation physique
- Aux psychothérapeutes, psychomotricien/nes, orthophonistes, ergothérapeutes

La Formation est accessible aux femmes enceintes, à condition de ne présenter aucune contre-indication à la pratique et à l'enseignement du Yoga. Un certificat médical vous sera demandé le 1er jour de Formation.

Programme détaillé de la Formation

MODULE 1 : Comprendre les bébés et les jeunes enfants

ANATOMIE et PHYSIOLOGIE, PSYCHOLOGIE,
NEUROSCIENCES

- Les besoins particuliers des bébés et des jeunes enfants en situation de handicap ou ayant un trouble

MODULE 2 : Contenus d'enseignement & outils

- L'importance de la dimension ludique ;
- Les postures ;
- La respiration ;
- La relaxation ;

- La concentration ;
 - La Philo et la spiritualité du Yoga pour les jeunes enfants ;
 - Les jeux autour du Yoga ;
 - Les chants ;
 - Les contes ;
 - La musique ;
 - Les massages et auto-massages.
- Techniques de Yoga pour les professionnels : se recentrer, se détendre, reprendre de l'énergie quand on travaille avec des bébés ou de jeunes enfants

MODULE 3 : La pédagogie avec les tout-petits

- Le rôle et le positionnement du prof de Yoga ;
 - Les responsabilités pendant un cours ;
 - Les qualités à développer pour transmettre un enseignement de qualité ;
 - Les valeurs-clefs à transmettre
- Comment installer un climat de confiance et de bienveillance ;

MODULE 4 : Structure des cours de Yoga pour les tout-petits

- Favoriser l'émergence de « temps de Yoga » tout en s'adaptant au contexte et aux capacités d'attention et de motricité des tout-petits
- Construire de courtes séquences de Yoga originales, ludiques, créatives et efficaces, adaptées aux jeunes enfants ;

- Soigner sa structure avec un début, un coeur de séance et une fin de séance clairement définis ;
- Les cours collectifs ;
- Les cours particuliers ;
- Les cours en famille.

MODULE 5 : Epanouissement perso + Entreprenariat

- Gérer son énergie, prendre soin de soi, assurer sans s'épuiser ;
- La discipline personnelle d'un enseignant, suivre une Sadhana ;
- Connaître l'environnement administratif et juridique de l'enseignement du Yoga enfants et ados ;
- Le contexte financier de l'enseignement du Yoga pour les bébés et les jeunes enfants, les revenus escomptés ;
- Savoir parler de soi grâce aux indispensables de la Communication web et réseaux sociaux ;
- Fixer ses tarifs et créer son planning ;
- Apprendre à se vendre de manière authentique et éthique ;
- Démarcher les différentes structures et les différents acteurs du monde de la petite-enfance ;
- Développer son activité de manière cohérente ;
- Assurer le suivi qualitatif des cours donnés ;

MODULE 6 : Evaluation

- Mises en situation d'enseignement ;
- QCM de fin de Formation ;

A la fin de la Formation, les stagiaires seront capables

D'enseigner le Yoga suivant différentes formules :

- En cours collectifs ;
- En cours particuliers ;

D'enseigner le Yoga dans différents contextes / cadres :

- Dans les crèches et écoles maternelles ;
- Dans les centres aérés / centres de loisirs ;
- Dans les studios et salles de Yoga
- Chez les particuliers.

D'adapter précisément leur enseignement à chaque bébé et jeune enfant en fonction de :

- Son âge ;
- Son développement physique et moteur ;
- Ses éventuels besoins particuliers (handicaps, troubles...).

Moyens techniques et matériel

La Formation a lieu en version 100% digitale. Nous utilisons le logiciel Zoom.

Chaque stagiaire a besoin d'un micro et d'une webcam ainsi que d'un tapis de sol.

Evaluation

Un QCM et une mise en situation d'enseignement sanctionneront la fin de la Formation.

Les + de la Formation

- Un groupe WhatsApp est créé avant la Formation pour permettre aux stagiaires d'échanger avant, pendant et après la Formation.
- Un appel de groupe de 60 minutes avec l'Organisatrice est offert, 3 mois après la fin de la Formation, pour assurer le suivi des stagiaires.

Tarif de la Formation : 400 € H.T., TVA non applicable

La Formatrice : Claudia MARTIN

Professeure de Yoga, auteure, formatrice et blogueuse.

Maman d'un bébé de 16 mois et belle-maman d'une grande fille de 8 ans

Créatrice de l'Organisme de Formation YogaPassion.

SIRET : 80279212700044

Code APE : 851Z

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 93 13 17381 13 auprès du préfet de la région PACA Organisme enregistré au Datadock

Formations validées

Samyak Yoga, Dharamsala, Inde - Ashtanga Yoga Gérard

Arnaud, Paris - Vinyasa Yoga

De Gasquet Institut, Paris - Yoga prénatal et post-natal et Massages Bébé

Alia Om, Paris, Yoga prénatal

Dinah Rodrigues, Brighton - Hormone Yoga Therapy

Formation de Formatrice

Claudia MARTIN continue à se former en continu et à approfondir sa pratique car elle compte ne jamais arrêter d'apprendre.

Implications en faveur du Yoga pour enfants

Claudia est l'auteure du livre *Yoga pour enfants* publié chez Hachette en février 2018, dans la collection « 7 Minutes ». Son livre s'est déjà vendu à + de 4 700 exemplaires.

Autres réalisations

Claudia est l'auteure du blog *YogaPassion*, créé en 2014, l'un des blogs de Yoga francophones les plus visités avec + de 35 000 visites par mois.

Claudia travaille en collaboration avec *Yoga Journal* et a déjà été publiée dans de nombreux magazines comme *Esprit Yoga, Au Féminin...*

Claudia est aussi passée à la télévision sur LCP, à la radio sur IDFM Radio Enghien et elle a tourné plusieurs vidéos de Yoga pour le Huffington Post.

Claudia organise des cours, des ateliers et des retraites de Yoga à Paris, Aix en Provence et encore ailleurs en France.

Claudia est aussi Formatrice de professeur(e)s de Yoga avec notamment une Formation en Yoga pour enfants et ados.

Claudia a déjà accompagné, individuellement et en groupe des dizaines de profs et futures profs de Yoga pour les aider à créer et à développer leur activité.

Enfin, Claudia a créé un groupe Facebook, réservé aux profs de Yoga francophones, qui compte actuellement + de

2600 membres, vivant partout dans le monde. Claudia s'est entourée d'une équipe de 5 modérateurs/trices bénévoles pour faire vivre ce groupe de partage.