



Référentiel d'habilitation du CP FFP n°1

1 - INTITULE DE LA FORMATION

Formation au professorat de yoga pour enfants et adolescents

2 - INTITULE DU CERTIFICAT

Certificat Professionnel FFP de Professeur de Yoga pour Enfants et Adolescents

3 - CHAMP DE LA FORMATION

Le yoga pour enfants et adolescents est une activité basée sur le yoga traditionnel, qui inclut une démarche globale et expérimentale et s'appuie sur des techniques spécifiques référencées dans les textes traditionnels indiens.

Cette activité consiste à pratiquer des exercices de vivre ensemble, des exercices pour éliminer les tensions et les pensées négatives, des exercices pour être dans la "bonne posture" et des exercices pour bien respirer.

Le professeur de yoga pour enfants et adolescents enseigne cette discipline après avoir reçu une formation pédagogique dans un centre de formation professionnelle en respectant le code d'éthique et de déontologie de la profession et la réglementation en vigueur.

Comme tous les enseignants, le professeur de Yoga pour enfants et adolescents a une vocation et une compétence.

Ces aptitudes indispensables sont les suivantes :

- Avoir une investigation de soi lucide, se sentir à sa place dans l'enseignement, prendre en compte tous les élèves sans jugement,
- Savoir installer un climat de confiance et de bienveillance durant le cours,
- Savoir construire des séances en proposant un thème, un objectif, avec une progression,
- Mettre en œuvre toutes les méthodes pédagogiques apprises lors de la formation, et utiliser avec perfection toutes les aides pédagogiques (tapis, coussins, chansons, dessins etc.)
- Proposer des postures et exercices en veillant à ce que les élèves respectent leurs limites, de façon ludique pour les plus jeunes,

- Adapter la voix, parler d'une façon claire et concise, communiquer de façon verbale et non verbale pour capter l'attention.
- Gérer le temps de la séance en respectant au mieux le créneau horaire annoncé,
- Adapter le cours en fonction de l'âge des élèves dans le strict respect de la laïcité.

4 – LE PUBLIC CIBLE

- Professeurs de yoga fortement motivés par l'enseignement du Yoga pour les enfants et adolescents ;

5 – PRE-REQUIS

Conditions préalables indispensables permettant de suivre durablement et valablement l'action de formation:

- Avoir suivi et validé une formation de 2 années au moins de professeur de yoga.

6 - MODALITES ET CONTENUS D'INFORMATION

Le processus d'information se réalise à travers différents supports et actions :

- 2 site internet :
 - <http://www.ecole-professeur-yoga.fr>
 - <http://www.formation-enseignant-yoga.fr> (en création)
 Ils sont régulièrement mis à jour et contiennent toutes les informations indispensables et détaillées des différentes actions de formation avec les programmes, le planning et la méthodologie de l'enseignement ;
- Le secrétariat du lundi au vendredi de 9h à 18h, renseignement par téléphone et email sur toutes les questions concernant la formation ou sur les démarches à effectuer pour les demandes de prise en charge auprès des organismes fongecif , etc.
- Un entretien téléphonique préalable à l'inscription au cours duquel le futur stagiaire a le temps de poser toutes les questions concernant cette formation ;

7 - PROCEDURES D'ADMISSION

La procédure d'admission se fait généralement de la façon suivante :

La personne intéressée par la formation prend contact avec le responsable pédagogique par email ou directement par téléphone. Après avoir testé sa grande motivation et vérifié ses pré requis, elle peut alors s'inscrire.

8 – OBJECTIFS

- Avoir assimilé la structure d'une séance pour favoriser le vivre ensemble, le bien être général de l'élève sur le plan physique, mental et émotionnel.
- Connaître parfaitement le développement anatomique et cognitif des élèves suivant les différents âges, afin d'adapter les séances.
- Savoir construire et animer un cours de yoga collectif en tenant compte de l'âge des élèves.
- Définir un projet ou un plan d'action pour proposer le yoga pour les enfants et les adolescents.

9- ORGANISATION DE LA FORMATION

L'école Nationale de professeurs de Yoga propose une formation de yoga pour enfants et adolescents sur 4 jours, répartie en 2 stages de 2 jours (samedi et dimanche).

Le nombre de stagiaires de chaque promotion est inférieur ou égal à 12. La moyenne actuelle est de 8 stagiaires par promotion.

1^{er} stage : intitulé : « *Yoga pour enfants de maternelle et de primaire* »

Sanctionné par une « attestation de compétence ».

Nombre d'heures :

- 16 heures

2^{eme} stage : intitulé : « *Yoga pour adolescents du collège et du lycée* »

Sanctionné par une « attestation de compétence » :

Nombre d'heures :

- 16 heures

Total général : 32 heures

Pour obtenir le certificat professionnel de Yoga pour Enfants et Adolescents, les stagiaires devront avoir effectué les 2 stages et rédiger un devoir décrivant une séance complète pour chaque tranche d'âges.

10 - PROGRAMME DETAILLE DE LA FORMATION

Stage « Yoga pour enfants de maternelle et de primaire » :

- Bienfaits du yoga pour les enfants de 3 à 11 ans
- Qualités et compétences à développer par l'enseignant
- Développement anatomique et cognitif des enfants en fonction de leur âge

- Structure des séances et exercices adaptés par tranche d'âges
- Pratiques, mises en situation, travail de groupe

Stage « Yoga pour adolescents du collège et du lycée » :

- Bienfaits du yoga pour les adolescents à partir de 12 ans
- Qualités et compétences à développer par l'enseignant
- Développement anatomique et cognitif des adolescents en fonction de leur âge
- Structure des séances et exercices adaptés par tranche d'âges
- Pratiques, mises en situation, travail de groupe

L'enseignant complétera les heures de sa formation par une étude et pratiques personnelles du yoga pour enfants et adolescents : une liste de livres conseillés sera distribuée afin d'approfondir ses connaissances.

Bibliographie :

- Le manuel du yoga à l'école - Micheline Flak, Jacques de Coulon
- L'enfant et la sophrologie - Isabelle Lefèvre-Vallée
- Stretching et yoga pour les enfants - Jacques Choque
- Relaxations créatives pour les enfants - Nathalie Peretti
- Méthode éducatives 3C - Michèle DREIDEMY
- Yoga sūtra de Patanjali - commentaire de Françoise Mazet
- Les philo-fables - Michel Piquemal

11 – Méthodes –modalités pédagogiques

La formation associe plusieurs méthodes en fonction du domaine enseigné et du contexte. Mais la méthode phare de l'école est la mise en situation réelle du stagiaire, la méthode active et démonstrative.

12 – Moyens

- Le responsable de formation est professeur de yoga, sophrologue, diplômé de l'ENPY, formé par le RYE (Recherche du yoga dans l'éducation) et par la Fédération Française de Yoga pour Enfants. Il enseigne le yoga auprès d'enfants et adolescents depuis plusieurs années.
- La salle de cours se situe dans l'Aveyron et permet d'accueillir 12 stagiaires. Ce lieu est propre, calme et bien chauffé en hiver.
- Matériel pour la pratique de yoga : tapis, coussins, sangles et supports.
- Matériel pour les cours théoriques, ordinateur et vidéoprojecteur personnel.
- Polycopies couleurs distribuées.

- Le secrétariat ENPY avec une salariée, assistante de direction, à disposition en matinée et 3 fois par semaine ;
- Le directeur de l'ENPY entièrement à leur disposition en semaine par téléphone et email.

14 – PROCESSUS DE VALIDATION

- Le formateur remplit une feuille de notes individuelles précisant l'assiduité au stage pour chaque stage.
- Les stagiaires devront avoir effectué les 2 stages et rédiger un devoir décrivant une séance complète pour chaque tranche d'âges, en respectant la structure étudiée lors de la formation.

Ce processus de validation est supervisé par le formateur.

- Anne-Sophie NEVEU BENITO, demeurant au 204 impasse des Aubépines - 12160 Baraqueville - tél : 06 60 57 42 41

15 – Actions en cas de non-obtention du certificat

Si le responsable de formation ne trouve pas satisfaisant le devoir, il propose au stagiaire un complément de travail à prévoir et un nouveau travail à rendre.

16 – Les réclamations et les recours des stagiaires

Si un stagiaire (ou l'entreprise qui l'emploie) n'est pas satisfait par la formation ou par les conditions d'attributions du CP FFP qui en résulte, il doit faire un premier recours auprès de l'organisme de formation. S'il n'est pas satisfait, il peut ensuite saisir le Comité d'Habilitation CP FFP. Il doit alors présenter par écrit son recours et l'accompagner d'une copie du recours qu'il a envoyé à l'organisme de formation et des éventuelles réponses qu'il aura reçues.
