

## *De la gymnastique douce à l'éducation somatique - Niveau 2*

CODE 017-105

Intégrer les techniques corporelles dans sa pratique professionnelle : animer un atelier d'éducation somatique

### OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

Intégrer les techniques corporelles dans sa pratique professionnelle : animer un atelier d'éducation somatique.

### ELEMENTS FORTS

**Exploration de pratiques d'éducation somatique**

**Appropriation de techniques concernant la détente, l'organisation de la posture et du mouvement : les repères spatio-temporels, la régulation tonico-émotionnelle, la conscience corporelle**

**L'intégration des acquis dans la pratique professionnelle**

**La construction et la guidance d'une séance et d'un cycle de séances**

### PERSONNES CONCERNEES

Professionnels de l'animation, de l'éducation et du soin en secteur sanitaire, médico-social et socio-éducatif ayant participé à la formation 017-104.

### CONTENU DETAILLE DE LA FORMATION

D'abord connues comme gymnastiques douces, les méthodes de développement de la conscience corporelle par l'éveil de la sensorimotricité, la stimulation de la sensorialité, la détente et le mouvement affirment maintenant leur dimension d'éducation somatique et ouvrent des pistes nouvelles dans les pratiques d'animation, prévention, éducation et soins. S'inscrire dans une méthodologie de projet pour animer des ateliers dans un contexte et auprès d'un public précis.



## CONTENU

### **S'approprier différentes techniques**

- Automassage, techniques de détente, postures et mouvements, relaxations dynamiques, étirements, mobilisations passives, jeux d'exploration et expression gestuelle.

### **Expérimenter les méthodes :**

- Eutonnie, Feldenkrais, BMC, Ehrenfried, « antigymnastique »...

### **Comprendre les fondements théoriques**

- Vécu corporel et développement du moi.
- Psychopathologie et conscience corporelle.

### **S'entraîner dans la guidance d'une séance**

- Comprendre la structure dynamique d'une séance et son élaboration.
- Déterminer des objectifs de séance en fonctions des besoins.
- Construire et animer une séance en individuel ou en groupe.

### **Mettre en projet l'éducation somatique dans sa pratique professionnelle**

- Le champ d'exercice : éducation, prévention, soin, thérapie...
- Les champs d'application, les indications cliniques, les objectifs.
- Le cadre déontologique, les principes de base.
- La méthodologie de projet, les outils d'observation et d'évaluation.

### **Méthodes et moyens pédagogiques Niveau 1 et Niveau 2**

- L'expérimentation pratique est l'axe central de cette formation autour duquel s'articulent apports théoriques, apprentissage technique, mises en situations et analyse de situations cliniques.

### **Evaluation des acquis de formation Niveau 1 et Niveau 2**

- Analyse réflexive de la pratique en ateliers (Niveau 1 et 2).
- Intégration des techniques en intersession (Niveaux 1 et 2).
- Exercices de présentations de concepts (Niveau 2).
- Mises en situation de guidance et analyse de situations cliniques (Niveau 2).
- Questionnaires (Niveau 1 et 2).

Fiches de lecture (Niveau 1 et 2).

**DUREE** 6,00 jour(s)

Pour les dates et prix des prochaines séances : consulter « Rechercher une formation » sur notre site ou nous contacter.



**INFIPP SCOP S.A. – 26 rue Francis de Pressensé, 69623 VILLEURBENNE Cedex**  
**Tél. 04 72 69 91 70 Email. infipp@infipp.com**

