Programme de formation

Praticien en Relaxation Ludique pour Enfants

Cette formation permet d'acquérir les bases fondamentales de la relaxation ludique afin d'accompagner l'enfant, de façon individuelle ou en groupe, dans une activité d'éveil et de relaxation en respectant les facteurs environnementaux.

Cette formation a été récompensée par le "Prix Psychologie" en 2024, décerné par le Magazine Psychologies, dans la catégorie Mieux-Être.

990,00 € Net de taxe	35 heures	Présentiel au Centre	Certificat de fin de formation

Objectifs

Acquérir les bases théoriques et pratiques de la relaxation ludique adaptée à l'enfant ;
Comprendre et assimiler les méthodes de relaxation ludique pour enfant, ses principes, le positionnement professionnel ;
Maîtriser les différents supports, jeux et ateliers pour animer une séance de relaxation ludique pour enfant ;
Utiliser les techniques enseignées pour les enfants mais également pour soi-même ;
Adapter sa pratique en fonction des problématiques rencontrées.

Public concerné et prérequis

Personnel de santé, du social ou de la relation d'aide
Animateur coach
Tout public intervenant ou désirant intervenir auprès d'enfants
Etre de préférence diplômé (BAFA, CAP petite enfance, psychologie, …) ou certifié Sophrologue-relaxologue ou ayant une expérience auprès des enfants.

Moyens pédagogiques et matériels

Lectures de documents
Mises en situation et jeux de rôle
Études de cas
Exercices individuels et en sous-groupes
Support de cours électronique
Paperboard / Vidéoprojecteur
Kit pédagogique

Modalités d'évaluation des acquis

Questionnaire de positionnement pré-formation
Exercices et mises en situation tout au long de la formation
Evaluation des compétences en fin de formation (Mise en situation professionnelle / Etudes de cas)
Questionnaire de satisfaction de l'action de formation

Taux de satisfaction

En 2025 : 100 % des stagiaires recommandent les formations en Relaxation Ludique
En 2025 : 97 % des stagiaires sont très satisfaits de la formation

Taux de réussite

En 2025 : 100 % des stagiaires ont validé leurs compétences en formation Relaxation Ludique

Type d'Intervenant

Professionnel(le)s du secteur

Effectif maximal

10 stagiaires

Délais d'accès à la formation

10 jours (Article L 6353-5 du Code du Travail)

Accessibilité personne en situation de handicap ou en cas de difficultés d'apprentissage

Accès PMR
Référente handicap : ROURE Elodie
04.76.22.80.43.

Matériel à prévoir

Afin de suivre la formation, merci de prévoir également le matériel suivant :

- ✓ Bloc-notes + stylo
- ✓ Bouteille d'eau marquée à votre nom
- ✓ 1 paquet de mouchoirs

Débouchés et + métier

Proposer, dans une ambiance favorisant les apprentissages, des séances de relaxation ludique pour enfant de façon individuelle ou en groupe.

Programme

La Relaxation et le développement psychologique de l'enfant :
Définition de la relaxation ludique : Qu'est-ce que la relaxation ludique pour l'enfant ?
Pourquoi a-t-on recours à la relaxation ludique pour l'enfant ?
Les bienfaits de la Relaxation ludique pour l'enfant sur les plans psychomoteur, psycho-social, psycho-affectif, psycho-émotionnel et psychosomatique
L'avancée des neurosciences dans la prise en charge des enfants
Les différents besoins des enfants en fonction de leur développement psychologique

L'accompagnement de l'enfant dans une activité d'éveil et de relaxation :
Le rôle des adultes dans les activités d'éveil et de relaxation
L'animation en fonction de l'âge de l'enfant
Les besoins de l'enfant
Les limites de l'enfant

Les techniques de jeux et d'animation :
Présentation des différents jeux, outils et techniques de relaxation
Présentation des différents supports en fonction de l'âge des enfants et de leurs besoins
Présentation des visualisations spécifiques aux enfants
L'utilisation des outils : exercices et études de cas sur la relaxation ludique

Mise en place d'un atelier
Création et Animation d'atelier en fonction de l'âge, de l'espace et du besoin de l'enfant

Animation de séances
Création et Animation de séances types