

## Programme de Formation INTER (dans nos locaux)

« RELAXATION LUDIQUE pour petits & grands »

*2 journées*

### **Organisme de formation :**

Association « Le Furet Petite Enfance »  
6 quai de Paris  
67000 STRASBOURG  
03 88 21 96 62

Association inscrite au Tribunal de Strasbourg sous le n° LXXVI n° 66  
Enregistrée comme dispensateur de formations sous le numéro 42670278767  
auprès de la Préfecture de la Région Alsace.  
N° SIRET : 418 124 483 000 29

### **Personne référente dossier :**

#### **Pour le Furet**

Dalila Kiesele  
Responsable du service formation  
Tél. : 06 17 50 54 28  
Mail : [formation@lefuret.org](mailto:formation@lefuret.org)

### **Public et Prérequis :**

Elle s'adresse à :

- Les professionnel.les de la petite enfance
- Les assistant-e-s maternel.le.s
- Les accueillants en LAEP et futurs accueillants (employés, bénévoles...)
- Les professeurs des écoles et aide-maternelle
- Les professionnel.les de l'animation, des centres périscolaires et de loisirs
- Aux particuliers souhaitant accompagner les enfants (parents, éducateurs...)

Groupe maximum de 12 à 15 personnes

Les stagiaires auront lu les différents documents adressés par l'intervenant.e avant le début de la formation. Aucun autre prérequis n'est exigé pour cette formation

L'accès pour toutes et tous à la formation :

Afin de rendre cette formation accessible à toutes et à tous, nous vous invitons à nous signaler toute situation de handicap vécue par un des participants à la formation ou autres besoins spécifiques dès que possible. Ensemble, nous chercherons des solutions. Nous pourrions prévenir l'intervenant.e afin d'adapter son action. Enfin, nous pourrions également adapter les contenus du dossier pédagogique remis et les outils de formations.

**Intervenant.e(s) pressenti.e.s selon dates retenues :**

Sophrologue (spécialisation enfance)

- Licence de psychologie
- Formatrice dans le domaine de la santé et du social
- Intervenante en promotion de la santé

**Durée et date(s) de la formation (en jour et heures) :**

2 jours / 12 heures de formation

**Horaires de la formation:**

9h- 12h 13h30-16-h30

Horaires discutés lors de la formation en cas de besoins spécifiques

**Lieu de formation :**

Association le Furet Petite Enfance  
6 quai de Paris  
67000 Strasbourg

Si le lieu de la formation nécessite une autre salle de formation, ce renseignement vous sera apporté lors de la confirmation de la formation.

<https://www.lefuret.org/wpcontent/uploads/2021/06/Renseignements-pratiques.pdf>

**Evaluations et engagement des stagiaires**

**Les stagiaires s'engagent dans un processus de formation.**

La première étape de ce processus débute avant la formation, par une auto-évaluation dématérialisée pour chaque participant.

Ce « Questionnaire d'auto-évaluation de positionnement avant formation » permettra à chaque stagiaire de se situer avant la formation et de s'auto-évaluer en lien avec les objectifs de la formation.

Le lien du questionnaire sera transmis par l'organisme de formation.

**Les stagiaires s'engagent également à finaliser le processus de formation en répondant à différents questionnaires. La participation à ces questionnaires est essentielle et obligatoire.**

Les liens seront transmis à la fin de la formation.

A l'issue de la formation :

- « Un bilan à chaud par les stagiaires » sera fait à l'oral.

Questionnaires dématérialisés : les liens seront communiqués en fin de formation ainsi qu'un système de Flashcode.

- Un « Questionnaire d'évaluation de la formation et du formateur par le stagiaire »

- Une « Questionnaire d'évaluation de la formation et du groupe par le formateur »

- Un « Questionnaire d'auto-évaluation par le stagiaire de positionnement fin de formation » en lien avec les objectifs.

Dans un deuxième temps, un mois après la formation, un Questionnaire de formation (N+1 mois) dématérialisé sera adressé aux stagiaires.

Les documents de formation, convention ainsi que fiche de présence seront mis en œuvre par l'organisme de formation.

### **Conditions spécifiques**

Les conditions de vente sont disponibles sur notre site ainsi qu'acceptées lors de la signature de cette convention.

<https://www.lefuret.org/wp-content/uploads/2021/06/Condition-de-Ventes.pdf>

En cas d'annulation de la formation par l'employeur et/ou le demandeur, dans un délai inférieur à **deux (2) semaines**, les sommes déjà engagées par l'organisme restent dues.

En cas d'inexécution partielle ou totale de la convention du fait de l'organisme formateur, **les sommes correspondantes seront remboursées.**

Les stagiaires s'engagent à avoir lu et accepté le règlement intérieur de l'organisme de formation Le Furet. Celui-ci est affiché dans les locaux et accessible sur le site du Furet :

<https://www.lefuret.org/wp-content/uploads/2021/06/reglement-centre-de-formation-Furet-RR.pdf>

**Le Furet** 6 quai de Paris 67000 STRASBOURG  
Tél : 03 88 21 96 62 ; E-Mail : [formation@lefuret.org](mailto:formation@lefuret.org) ; [www.lefuret.org](http://www.lefuret.org)  
Enregistrée comme organisme de formation sous le numéro 42670278767  
N° Siret : 418 124 483 000 29

**En cas de situations d'urgences (maladie de l'intervenant.e, état sanitaire français en question...), d'horaires incompatibles avec les transports en commun ou de grève des services :**

Des solutions seront proposées afin de satisfaire les demandeurs tout en respectant nos intervenants et leurs conditions de travail.

En cas de difficultés liés aux transports en commun (horaires inadaptés, mouvements de grève, pandémie...) le choix d'un autre mode de transport (avion, voiture, covoiturage...) ne peut être imposé à nos intervenants non-salariés du Furet.

La situation sanitaire peut provoquer des perturbations sur tout le pays ainsi que sur les transports en commun. Les décisions gouvernementales peuvent générer des modifications de dernières minutes engendrant la réévaluation de ce contrat voire l'annulation.

**Attention Situation COVID** : Les conditions sanitaires doivent avoir été lues et doivent être appliquées par le stagiaire durant toute la formation.

<https://www.lefuret.org/wp-content/uploads/2021/06/Conditions-sanitaires-liees-au-COVID-dans-nos-locaux-pdf.pdf>

## Programme de Formation INTER (dans nos locaux)

« RELAXATION LUDIQUE pour petits & grands »

**2 journées**

### **Pré-requis :**

Aucun prérequis n'est demandé pour cette formation.

### **Temps individuel préalable à la formation**

Le questionnaire de positionnement individuel devra être rempli par chaque stagiaire en amont de la formation. Il favorise la mise en travail et fait partie intégrante du processus de formation. Une semaine avant la formation, il sera adressé à l'organisme de formation le Furet et transmis ensuite à l'intervenant.e.

### **Contexte**

La relaxation ludique allie le jeu et la relaxation. Elle vise la détente et le mieux être en s'amusant et s'accordant des temps calmes. L'approche est basée sur des mises en **pratique courtes, renouvelées**, qui alternent **mouvements et périodes de calme**. Des jeux de respirations, de mouvements, et d'imagination adaptée pour chaque âge peuvent être proposés. Ces jeux relaxants peuvent être adaptés au plus petits et les équipes de professionnels peuvent se les approprier facilement pour les mettre en place dans leurs pratiques.

Un mouvement, un souffle, un voyage imaginaire, l'enfant joue à bouger son corps et le relâcher...

### **Objectifs**

- découvrir des techniques de sophrologie à mettre en œuvre dans son quotidien pour favoriser son bien-être et favoriser une posture professionnelle bienveillante
- expérimenter et s'approprier des techniques de relaxation ludique pour les enfants à proposer dans le cadre professionnel

### **Contenu**

**Le Furet** 6 quai de Paris 67000 STRASBOURG  
Tél : 03 88 21 96 62 ; E-Mail : [formation@lefuret.org](mailto:formation@lefuret.org) ; [www.lefuret.org](http://www.lefuret.org)  
Enregistrée comme organisme de formation sous le numéro 42670278767  
N° Siret : 418 124 483 000 29

- Apports de connaissances sur les bienfaits de la relaxation ludique pour les enfants en réponse à leurs besoins psychoaffectifs et psychomoteurs.
- Apports de connaissances sur l'intérêt de la relaxation des professionnels pour la mise en œuvre d'un accueil de qualité et bienveillant.
- Etude sur l'importance de la qualité de présence et de la posture du professionnel
- Présentation et appropriation des techniques de relaxation pour les enfants à proposer dans le cadre professionnel ainsi que différents jeux de relaxation ludique
- Vivre des techniques de relaxation ludique pour mieux se les approprier

### **Méthodes pédagogiques**

- Apports de connaissance avec support powerpoint
- Formation interactive : brainstorming, échanges sur les pratiques, étude de situations
- Expérimentations des différentes techniques et ateliers ludiques en petits groupes : techniques de respiration et de relaxation, jeux de relaxation
- Constitution d'un recueil d'activité de relaxation.
- Apport d'un dossier pédagogique dématérialisé à l'ensemble des stagiaires. Ce dossier sera complété selon les besoins identifiés durant la formation

Complément de dossier : une revue Le Furet sur le thème de la formation viendra compléter le dossier pédagogique afin d'ouvrir le sujet et encourager à l'approfondissement et à la mise en œuvre.



Bouger, sautiller, cabrioler, danser, ramper, courir, gigoter...  
Tous ces verbes d'action invitent à la vie parce que les enfants sont l'expression de la vie. Une vie dont l'énergie parfois nous épuise parce qu'elle déborde ou n'est pas en phase avec la nôtre, plus calme, plus tranquille, plus mature...

