



PROGRAMME 1 2 3... BOUGER POUR APPRENDRE

Programme de mouvements et jeux sensoriels destinés à favoriser les apprentissages scolaires et l'équilibre émotionnel des enfants de 5 à 11 ans grâce à une organisation cérébrale optimale.

Public concerné :

Enseignants et professionnels de l'éducation ou de la santé
Parents et assistantes maternelles
Toute personne intervenant auprès d'enfants de 5 à 11 ans
Etudiants et tous publics en recherche d'outils de gestion de stress et d'amélioration de performances.

Durée : 1 journée

Pré-requis : Aucun

Objectif : Acquérir des **compétences innovantes et qui ont fait leurs preuves** pour soutenir les enfants de 5 à 11 ans dans leur développement et leurs apprentissages tout en **favorisant le calme, l'attention et la confiance en soi**, grâce à des **activités ludiques, efficaces et simples** à mettre en œuvre individuellement ou collectivement.

Se préparer en tant qu'adulte à être positif, clair, pleinement présent et efficace dans ses activités quotidiennes et pour instaurer une coopération dynamique avec les enfants.

Contenu pédagogique :

- Comprendre l'organisation cérébrale en situation de stress et en situation optimale
- Observer les effets du stress sur la posture, les mouvements du corps et les capacités cognitives
- Apprendre et pratiquer des mouvements de Brain Gym® et des activités ludiques destinés à :
 - ✓ apaiser le stress et favoriser le calme et l'attention
 - ✓ stimuler la motivation et favoriser un apprentissage efficace et joyeux
 - ✓ améliorer les compétences : lecture, écriture, orthographe, expression orale et écrite, compréhension, mathématiques, mémorisation, organisation, restitution des informations en situation d'évaluation
 - ✓ accroître la confiance en soi, développer l'autonomie et le savoir vivre ensemble

Validation :

Certificat de stage

Supports fournis : 1 manuel et 2 posters offerts

Marie-Christine GAUX

65 Les Hauts de la Selle • 45210 LA SELLE SUR LE BIED

06 12 29 70 47 • mcgaux@orange.fr • www.mcgaux@orange.fr

