

Stress et Relaxation En petite enfance

Réf. IFCOPS-GPPE-12-2024

Dates:

Nous contacter

1 jour - 7 heures

Public visé:

Toutes personnes travaillant auprès d'enfants de 0 à 4 ans

Tarif: Sur Devis

Exonération conformément à l'art.261-4-4° du Code Général des **Impôts**

Lieu:

A définir

Horaires:

8h30-9h: Accueil participants

Formation: 9h00-12h30 / 14h - 17h30

OBJECTIFS OPERATIONNELS:

- Favoriser un contexte de détente au sein d'une structure petite enfance
- Comprendre les mécanismes du stress chez le jeune enfant
- Maitriser les techniques de relaxation ludique spécifiques aux tout-petits
- Elaborer une boite à outils de jeux de relaxation
- Aider les petits à se concentrer, se calmer et à renouveler leur énergie avec une attention plus accrue.

MOYENS PEDAGOGIQUES, TECHNIQUES ET D'ENCADREMENT :

- La formation alternera cours magistral et enseignement pratique, supervisés par le formateur
- Utilisation de supports projetés, de vidéos, d'articles et/ou d 'études scientifiques et bien entendu l'expertise du formateur.
- Les documents administratifs (convention, devis, quizz, QCM, fiches d'évaluation,) ainsi que les documents pédagogiques (support de cours, QCM,...) seront envoyés à l'ensembles des participants en amont de la formation mais également pour certains documents pendant et après la formation (questionnaire de satisfaction « à froid », attestation de présence,...)
- D'un point de vue logistique : grande salle dédiée à la formation avec vidéoprojecteur, paperboard

MOYENS D'EVALUATIONS :

Avant le début de la formation : évaluation diagnostique, via l'envoi d'un ou plusieurs questionnaires à l'ensemble des participants, qui permet :

- De mieux connaître les stagiaires tant au niveau de leur parcours professionnel que de leurs attentes et besoin en amonts de la formation ;
- Au formateur d'ajuster la formation en fonction des attentes et des besoins des participants
- D'évaluer les connaissances du stagiaire sur le thème de la formation

Pendant la formation : des évaluations sont mises en place sous la forme de quizz, questions/réponses, cas cliniques, tables rondes,...

En fin de formation : un questionnaire est remis à l'ensemble des stagiaires afin d'évaluer leurs acquis durant la formation et la progression de leurs niveaux de compétences.

EVALUATION DE L'ORGANISME DE FORMATION :

En fin de formation:

Les stagiaires sont invités à nous faire part de leurs avis et commentaires à travers une fiche d'évaluation avec des critères pédagogiques, organisationnels, de satisfaction personnelle, du







IFCOPS – Institut de Formation Continue pour Ostéopathes et Professionnels de Santé

Nombre de stagiaires :

Minimum: 4 stagiaires

Maximum: 12 stagiaires

Indicateur de résultat

Formation en Présentiel.

Modalités:

Inscription préalable par mail, téléphone ou par le formulaire d'inscription

Délai d'accès:

Au maximum 8 mois après la 1ere prise de contact

Prérequis:

Travailler auprès d'enfants de 0 à 4 ans

Contact:

Pour tous renseignements:

Julie Billiet

jbilliet.ifcops@gmail.com

06 522 33 93 06



Formation susceptible d'être prise en charge par le FIF-PI formateur(s)...

Une fiche de présence est présentée, en début de chaque demi-journée, et signée par tous les participants.

MATERIELS NECESSAIRES :

- Support de cours (qui sera envoyé avant la formation ou remis le jour de la formation)
- Matériel pour la prise de note
- Téléphone portable, tablettes ou ordinateur portable afin de répondre aux divers questionnaires dématérialisés.

SANCTION VISEE:

- o Certificat de réalisation de la formation
- Le certificat est remis au stagiaire ayant suivi l'ensemble de la formation.

ACCESSIBILITE, PERSONNE EN SITUATION DE HANDICAP:

- Conformément à la réglementation (loi du 11 Février 2005 et Articles D.5211-1 et suivants du code du travail), la formation est accessible aux personnes en situation de handicap: Merci de nous contacter pour préciser si vous êtes en situation de handicap et pour connaître l'accessibilité à la formation en fonction de vos besoins.
- Femmes enceintes/Mamans allaitantes : contactez-nous par email pour préparer votre arrivée et votre accueil (mise à disposition de coussin, frigo,...)

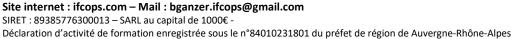
LE FORMATEUR : Julie Billiet, psychomotricienne DE

PROGRAMME DE FORMATION:

IFCOPS – Institut de Formation Continue pour Ostéopathes et Professionnels de Santé







- **Echanges** autour des difficultés rencontrées
- Créer un environnement propice à la détente dans une structure petite enfance : 1)
- Identifier les facteurs environnementaux favorisant un climat apaisant (luminosité, sons, organisation des espaces).
- Adapter les interactions et les attitudes des professionnels pour transmettre un sentiment de sécurité émotionnelle.
- Comprendre les mécanismes du stress chez le jeune enfant : 2)
- Reconnaître les signes et symptômes de stress chez les tout-petits.
- Expliquer les principales causes de stress en fonction des étapes de développement.
- Découvrir l'impact du stress sur le bien-être et le développement psychomoteur de l'enfant.
- Maîtriser des techniques de relaxation ludique adaptées aux tout-petits:
- Expérimenter des techniques simples et adaptées (respiration guidée, massages doux, jeux calmes).
- Développer une séance type en 5 étapes.
- Apprendre à intégrer ces pratiques dans la routine quotidienne (au moment des transitions ou avant une sieste).
- Élaborer une boîte à outils de jeux de relaxation : 4)
- Concevoir et tester des activités pratiques et variées
- Appliquer des jeux ou exercices qui aident les enfants à s'autoréguler.
- Evaluation

