

YOGA : ENFANT 7-12 ANS

FILIÈRE FÉDÉRALE

Cette formation permet de développer les compétences pour animer des séquences de Yoga au sein des séances EPGV à destination du public enfant. Idéal pour enrichir les séances grâce à une activité ludique de bien-être et de détente, dans l'air du temps et qui répond aux besoins des enfants.



TAUX DE RÉUSSITE
100 %



NOTE DE SATISFACTION
3,9 / 4



CARDIO
○○○○○



ÉQUILIBRE
●○○○○



SOUPLESSE
●○○○○



RENFORCEMENT
MUSCULAIRE
●○○○○



À QUI S'ADRESSE CETTE FORMATION ?

- Titulaire du diplôme « Animateur 1er degré Enfant en salle »
- Titulaire du CQP ALS Option AGEÉ
- Titulaire du CQP Instructeur FITNESS mention cours collectifs
- Titulaire d'un diplôme professionnel de niveau IV et plus dans le champ sportif (BP, STAPS, etc.).



OBJECTIFS

- S'approprier ou approfondir les caractéristiques de l'activité et les connaissances théoriques et pédagogiques qui y sont rattachées
- Concevoir et animer des séquences de Yoga
- Maîtriser les techniques des postures et enchaînements du Yoga
- Permettre une pratique adaptée à la séance EPGV enfant



MOYENS TECHNIQUES ET PÉDAGOGIQUES

- Des apports théoriques
- Des temps de pratiques adaptées
- Des temps de travail en groupe sur l'analyse et la construction de cycles de séances adaptés
- Formation centrée sur l'appropriation de techniques en lien avec les compétences d'animateur
- Mise en situation et échanges de pratique



MODALITÉ DE VALIDATION

- Feuilles de présence
- Fiche d'émargement
- Formulaires d'évaluation de la formation
- Évaluation formative :
 - Mises en situation pratique
 - Animation de séquences.



LES PRÉREQUIS

- Être licencié à la FFEPGV
- Être titulaire de la formation « Culture fédérale »
- Être à jour de sa carte professionnelle d'Éducateur Sportif (fournir une impression datée du site EAPS)
- Avoir une expérience d'animation auprès du public enfant et une pratique personnelle du Yoga



CONTENUS

- Rappels sur le développement de l'enfant, ses besoins
- Impact de l'environnement actuel sur le développement de l'enfant
- Les bienfaits des séquences de Yoga chez l'enfant : relaxation, retour au calme, concentration...
- Les bases des postures de Yoga et les points de vigilance
- Organisation, préparation et animation de séquences
- Pratique de différentes séquences de yoga enfant autour du jeu, de l'imaginaire
- Posture de l'animateur



OUTILS

- Diaporama de présentation
- Documents théoriques



POINTS FORTS

- Une formation modulaire pour enrichir ses compétences d'animateur
- Une formation délivrant des outils pédagogiques



MODALITÉ DE CERTIFICATION

- Avoir suivi intégralement la formation

YOGA : ENFANT 7-12 ANS

FILIÈRE FÉDÉRALE



BÉNÉFICES MÉTIER

- Une formation personnalisée en lien avec votre projet professionnel
- Un accompagnement tout au long de la formation
- Un module de formation comprenant des ateliers alternatifs (théoriques et pratiques).



POUR ALLER PLUS LOIN

Suite à cette formation, nous vous conseillons de suivre les formations :

- KIDI FIT : Enfant 7 à 12 ans
- Relaxation Enfant



DIPLÔME REMIS

Attestation de présence

INTERVENANT.E.S



Nadine MESSIAS
Intervenante

Expertise : Activités Zen et Danse - Public adulte et enfant



Emmanuelle COMPAGNON
Directrice de formation

Expertise : CQP ALS, Activités Tendance, BPJEPS



DATES

- 25 et 26 avril 2026



DURÉE : 14 HEURES

- Positionnement
- Formation en centre



LOCALISATION

- Balma (31)



Vous êtes en situation de handicap et vous souhaitez participer à cette formation ?
Contactez-nous ! Nous mettrons tout en oeuvre pour trouver une solution adaptée.



TARIFS

FRAIS PÉDAGOGIQUES :

448.00€ avec prise en charge
294.00€ sans prise en charge

FRAIS ANNEXES : (HÉBERGEMENT ET RESTAURATION) :

À LA CHARGE DU STAGIAIRE
OU DU FINANCEUR

FRAIS D'INSCRIPTION :

25.00 €
(NON INCLUS DANS LES FRAIS
PÉDAGOGIQUES)

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS



Téléphone

05.34.25.77.90



Email

formation.occitanie@comite-epgv.fr



Site internet

www.formationepgv.com

