

FORMATION DE BASE GRAND EST

La méthode Educative est avant tout une éducation pour la non-violence. C'est une technique psychocorporelle globale qui intègre le corps, le cœur et le cerveau. Elle est basée sur une philosophie de vie humaniste dans laquelle on retrouve des valeurs et des attitudes de vie positives comme : le respect, la tolérance, la bienveillance. Elle a pour vocation d'accompagner l'enfant dans son développement global : physique, émotionnel et intellectuel.

OBJECTIF	PROGRAMME DE LA FORMATION
A l'issue de la formation, l'apprenant sera en mesure de comprendre, appliquer, mémoriser les exercices de la ME3C, comprendre les interactions entre le corps et l'esprit et mettre en pratiques ses exercices afin d'aider les enfants	<ul style="list-style-type: none">❖ Les fondamentaux de la méthode<ul style="list-style-type: none">○ La concentration○ Le calme○ Le contrôle ❖ Le symbolisme de la respiration<ul style="list-style-type: none">○ Les liens entre les états psycho-mentaux et la respiration○ L'importance de la respiration abdominale○ Les effets physiologiques ❖ Comment utiliser son énergie de manière positive ❖ Comment aider les enfants à sortir de leur colère ❖ Pratique et apprentissage des exercices<ul style="list-style-type: none">○ Exercice 1○ 2○ 3
PERSONNES CONCERNEES	
Aux personnes voulant découvrir la ME3C et acquérir des outils pour aider les enfants Aux personnes qui souhaitent faire le stage de base avant de s'inscrire à la formation de Moniteur ME3C	
Pré-Requis	
Aucun prérequis n'est nécessaire	
MOYENS PEDAGOGIQUES	
Lors des formations en présentiel, le formateur met à disposition tout le matériel de formation nécessaire :	
METHODES PEDAGOGIQUES	
Nos formations sont construites pour s'adapter aux besoins et attentes des participants. Le formateur s'appuiera sur des exercices suivis de questions-réponses et d'échanges avec les participants, mais aussi des cas pratiques et remise d'un support pédagogique.	
EVALUATION DE LA FORMATION	
Quizz d'évaluation des acquis en amont et en aval de la formation par les stagiaires. Attestation de formation en fin de formation.	
DATE, COÛT ET DUREE DE FORMATION	REALISATION
24 et 25 septembre 2022 – 14 HEURES 16 rue du Capitaine Courdavault 57510 HOLVING 300€	Michèle Dreidemy Fondatrice de la ME3C michele.dreidemy@methode3c.fr

Cette formation est accessible aux personnes en situation de handicap. Merci d'indiquer lors de la commande si un(des) stagiaire(s) présente(nt) des situations de handicap.