

Formation 3C

METHODE 3C SASU

16 Rue du Capitaine Courdavault 57510 HOLVING

Siren 849 168 414 -

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 44570401757 à la Préfecture du Grand Est

www.methode3c.com - contact@methode3c.fr



QUAL-V001_2022

Méthode Educative 3C

Concentration – Calme – Contrôle

Enseignants

Personnel Educatif

Pour le bien-être et la réussite des ELEVES

Pour le bien-être des ENSEIGNANTS

Dans votre établissement



PROJET FORMATION POUR ENSEIGNANTS et PERSONNEL EDUCATIF

A LA METHODE EDUCATIVE 3C *Concentration-Calme-Contrôle*

Contact METROPOLE : Michèle DREIDEMY fondatrice de la ME3C- 06 13 80 77 40 michele.dreidemy@hotmail.fr

Contact MARTINIQUE Maryline SYLVESTRE 06 96 06 74 34 - marilyne.sylvestre@methode3c.fr

La METHODE EDUCATIVE 3C est une technique psychocorporelle spécialement adaptée à l'enfant, basée sur une philosophie de vie dans laquelle on retrouve des attitudes positives comme le respect, la tolérance, la bienveillance.

Elle donne à l'enfant des outils pratiques et efficaces pour qu'il puisse mieux gérer son monde intérieur, ses émotions, ses pensées mais aussi ses attitudes physiques.

Cette méthode vise, entre autres, à développer l'attention et la concentration de l'enfant et à lutter contre l'agressivité et la violence à l'école.

Elle aide également l'enfant à trouver le calme, le bien-être et à développer toutes ses potentialités et sa créativité.

La Méthode Educative 3C est pratiquée dans des établissements scolaires (de la maternelle au lycée) pour lutter contre l'agressivité et favoriser la concentration et l'attention. Les enseignants qui l'utilisent constatent une nette amélioration tant dans les résultats scolaires que dans le comportement de l'enfant. Et l'on a pu constater dans ces établissements une diminution significative de la violence. Elle est également pratiquée par des professionnels de la santé (psychologues, orthophonistes, psychomotriciennes, infirmières scolaires....) pour des enfants en difficultés

Objectifs de la formation

A l'issu de la formation le stagiaire soit être capable de :

- De développer les capacités de concentration et d'attention des enfants
- De développer toutes les potentialités des enfants et leur créativité
- D'aider les enfants à gérer les émotions qui les animent,
- D'aider les enfants à trouver calme, bien-être et confiance en eux
- De créer une ambiance sereine et propice à l'apprentissage

CONTENU DE LA FORMATION

Transmission d'exercices permettant aux enfants de se concentrer, se calmer, de développer leurs capacités, notamment au début de cours ou au retour de récréation ou à des moments où les enfants se retrouvent dans des situations difficiles (fatigue, conflits, stress, démotivation, agitation...)

Mise en place pour les enseignants d'un protocole pratique avec des exercices ponctuels sur une journée de classe, ceci à des moments stratégiques. Evolution des exercices sur l'année scolaire.

Apprentissage des exercices spécifiques utilisés en classe.

Supervision avec partage des difficultés rencontrées lors de la pratique.

Mise en place d'une évaluation en rapport avec la pratique des exercices en classe.

➤ COURS THEORIQUES

- Les effets de la relaxation, de la respiration
- L'équilibre cérébral, émotionnel et physique
- Les besoins psychologiques de l'enfant : l'attention et la structure
- La relation corps/psychisme
- Comment utiliser son énergie de manière positive et non destructrice

➤ EXERCICES PRATIQUES

- Retour au calme, recentrage – respiration - détente, libération des tensions - concentration, attention – équilibre - contrôle du corps, des gestes, de la parole – relaxation.
- Pratique spécifique d'après les besoins et les problématiques rencontrés en classe.

- **PEDAGOGIE**
Apprendre à transmettre de manière positive
Apprendre à mieux gérer le stress et les émotions lors de situations difficiles ou conflictuelles
- **OUTILS PEDAGOGIQUES :**
 - Exercices pratiques et cours théoriques
 - Fiches techniques

PRE REQUIS

Ce stage ne nécessite pas de prérequis.

MODALITE DE VALIDATION

- Quizz d'évaluation des acquis en amont et en aval de la formation par les stagiaires
- Attestation de formation en fin de formation.

ACCECIBILITE AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Merci d'indiquer lors de la commande si un(des) stagiaire(s) présente(nt) des situations de handicap

DUREE DE LA FORMATION

De 2 (14 h) à 4 JOURS (28H) - ou autre à définir avec l'établissement scolaire
Possibilité d'une présentation en journée ou demi-journée (nous contacter)
POSSIBILITE APPROFONDISSEMENT OU SUPERVISION

DATES

A définir

LIEU

Dans les locaux de l'établissement scolaire

NOMBRE DE PARTICIPANTS

Entre 12 et 20 stagiaires

TARIF

1.250 € pour une journée de formation
FRAIS DE DEPLACEMENT et D'HEBERGEMENT : à définir suivant la distance

FORMATRICES

Pour la METROPOLE

Catherine HACQUART Monitrice et Formatrice ME3C – A.E.S.H, spécialisée dans la ME3C en milieu scolaire.

et ou Karine Wender Monitrice et formatrice ME3C, licenciée en psychologie. Spécialisée pour les enfants TDAH et en difficultés.

Pour la MARTINIQUE

Maryline SYLVESTRE Monitrice et Formatrice ME3C. Responsable ME3C en Martinique

Et/ou Ketty TUIN Monitrice et Formatrice ME3C spécialisée pour la ME3C en milieu scolaire