



Normes pour la Formation des Professeurs de Yoga pour Enfants

Pour obtenir la certification de Professeur de Yoga Certifié pour Enfants (PYCE) de Yoga Alliance International les candidats doivent avoir terminé l'étude, dans le cadre de leur formation ou en tant que module supplémentaire d'une des formations de Professeur de Yoga (200 heures, 500 heures ou supérieur) des domaines éducatifs suivants :

Domaine Éducatif	Heures de contact*	Heures de non-contact	Total heures
<p>Contexte Général. Les sujets abordés peuvent inclure, mais sans s'y limiter: les fondamentaux du yoga et de la méditation et la méthode d'enseignement aux enfants, l'étude et la compréhension de tous les stades de développement de l'enfance de 2 à 16 ans et comment ces stades influencent le contenu des cours, les principes du yoga traditionnel, les postures, les jeux, le yoga avec un partenaire, les exercices de respiration et les techniques de relaxation, les pratiques adaptées à l'âge ainsi que les indications et contre-indications spécifiques, les techniques de gestion du comportement des enfants qui encouragent une atmosphère positive et non compétitive .</p>	15		15
<p>Techniques, Entraînement et Pratique. Les sujets abordés peuvent inclure, mais sans s'y limiter: les pranayamas pour calmer, stimuler et équilibrer le système nerveux, des exercices spécifiques pour aider les enfants à faire la transition entre les activités, des pratiques adaptées à l'âge telles que les asanas, mouvement et jeux basés sur les asanas et le yoga, des techniques de respiration, la méditation et le chant, des techniques de relaxation pour les enfants de 2 à 16 ans.</p>	20		20
<p>Méthodologie d'enseignement. Les sujets abordés peuvent inclure, mais sans s'y limiter: la connaissance des techniques d'enseignement, comment créer des plans de leçon et des séquences, comment mener des cours de yoga éducatifs, amusants et créatifs, comment intégrer l'art la musique et les livres en classe, comment formuler les questions adaptées à l'âge, la façon de communiquer efficacement en utilisant des chansons et histoires, et comment développer un cours qui soit sécurisé, efficace et engageant.</p>	15		15
<p>Anatomie et Physiologie. Les sujets abordés peuvent inclure, mais sans s'y limiter: les changements au cours du développement de l'enfant et leur impact sur les techniques de yoga appropriées pour les enfants de 2 à 16 ans, l'anatomie humaine physique et la physiologie, l'anatomie de l'énergie et de la physiologie et l'étude de l'anatomie et de la physiologie avec son application à la pratique du yoga comme les bénéfiques, contre-indications, les habitudes de déplacement sains, etc.</p>	10		10
<p>Pratique. Les sujets abordés peuvent inclure, mais sans s'y limiter: l'enseignement de la pratique, formuler et recevoir des commentaires, observer les autres enseignants, aider les étudiants lorsque quelqu'un d'autre enseigne.</p>	20		20

<p>La philosophie du Yoga, du mode de vie et de l'éthique des enseignants de yoga pour enfants.</p> <p>Les sujets abordés peuvent inclure, mais sans s'y limiter: la méthode d'enseignement des principes de base du yoga tels que les yamas et niyamas aux enfants âgés de 2 à 16 ans, les lignes directrices en matière de santé et de sécurité des enfants, l'éthique pour les professeurs de yoga pour enfants tels que les exigences de comportement lors des cours, les bases du langage et du comportement éthique à la fois lorsque les parents ou tuteurs sont présents et quand ils ne le sont pas.</p>	10		10
Total heures	90		90

* Les heures de contact doivent être des heures d'apprentissage effectives avec le formateur principal qui doit être un Professeur de Yoga Établi et Certifié (PYEC).