



ACQUÉRIR DES OUTILS PROFESSIONNELS ET DES BASES PÉDAGOGIQUES POUR TRANSMETTRE À PARTIR DE L'EXPÉRIENCE SOMATIQUE

Présentation synthétique

Former les personnes à l'expérience somatique (écoute, conscience, action en conscience et en présence, mindset de ressources) en apprenant à partir de différentes techniques. Leur permettre d'acquérir des outils (exercices et principes) ainsi qu'un savoir-être acquis par l'expérience corporelle. L'éducation somatique permet d'acquérir confiance en soi par l'étude des mouvements et habitus corporels et de découvrir et développer sa créativité. A la fin de la formation le stagiaire aura des outils pédagogiques et des outils de compréhension sur la lecture du corps, du corps en mouvement et des principes de santé et de développement tels que les schémas et les actions fondamentales du vivant, la naissance et ses implications, le mouvement dans sa dimension équilibrante et libérateur.

Public et pré-requis

Public :

Praticiens psychologue, psychotérapeute, psychomotricité, orthophonie, art-thérapeute, ostéopathe, massage ...

Artistes comédiens, musiciens, danseurs, circassiens

Éducateurs spécialisés, éducation populaire

Personnes en transition, cette formation offre un espace d'exploration du soi, d'intégration et d'élaboration d'une transition professionnelle et-ou d'une réparation suite à un burn-out par exemple

Pré-requis : Avoir le gout pour le mouvement et la pratique corporelle, avoir le désir d'évoluer dans sa pratique et dans la pratique de Soi

Durée et horaires de la formation

TOTAL : 250h

28 jours de présentiel soit 190 h répartis en 6 séminaires de novembre à juin en résidentiel

10h de théorie en distanciel - visio- ZOOM

10h de tutorat collectif

10h de stage professionnel selon l'expérience de l'étudiant

30h d'assistantat pour entrer dans l'année 2

Horaire de journée : 9h-12h / 13h30-18h

Pratiques Somatiques personnelles : 142H

BMC : 40h

Feldenkrais 30h

F.M. Alexander 30h

Mouvement-Thérapie 12h

Life Art Process : 12h

Mouvement Authentique : 18h

Heures d'intégration : 20h

Elaboration de la pensée : 10h

Evaluation formative : 18h

Objectif pédagogique global

A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de recevoir des informations par les différents canaux sensoriels en les distinguant et les combinant en conscience, utiliser sa finesse de perception pour guider l'autre vers un meilleur usage de soi corporel, utiliser le toucher pour guider et accompagner le mouvement interne et externe, d'utiliser sa présence ouverte et son écoute active pour guider l'autre

Objectifs pédagogiques partiels

A l'issue des modules le stagiaire sera capable de :

Faire un bilan de ses apprentissages, prise de conscience, blocages et remédiations nécessaires.

Evaluer son parcours général et celui du module. Mettre en relation ses acquis et sa pratique professionnelle.

Organisation de la formation

La formation est organisée en 3 modules :

- Module 1 : Écoute : séminaires 1 & 2

Vivre l'expérience et l'expérientiel

Observer son propre fonctionnement : le témoin intérieur

Distinguer la sensation de la perception

Distinguer les différentes perceptions

Distinguer expérience et exercice

- Module 2 : Envergure : séminaires 3, 4 & 5

Elargir son champ de références

Entendre les différentes expériences et s'ouvrir à la subjectivité

Accueillir, observer, valider les différentes manières d'agir pour soi même

Distinguer le processus du résultat sans les séparer

Vivre, reconnaître et nommer la démarche somatique pour la faire vivre à autrui

- Module 3 : Envol : séminaire 6

Présentation somatique de ton bilan d'apprentissage, de tes découvertes et changements sous une forme personnelle

Méthodes et moyens pédagogiques

Méthodes pédagogiques :

- Méthode pédagogique expérientielle
- Méthode pédagogique expositive
- Méthode pédagogique participative
- Méthode pédagogique active

Moyens pédagogiques :

- Cours pratiques Travaux dirigés
- Tutorat en mini groupe et individuel
- Exposé diapositive
- Explications magistrales
- Groupe de parole partagée et retour collectif
- Mind Mapping

Ressources pédagogiques

- Support de cours enregistré ou photocopié, prise de note encadrée
- Bibliographie
- Boite internet commune

- Projection video

Moyens techniques

- Vidéoprojecteur
- Ordinateur connecté à internet
- Tableau blanc

La formatrice

Laurence Vernay, professeure de danse à l'UFRSTAPS de l'Université Lyon1 a créé, dirigé et enseigné dans le Diplôme Universitaire en Pratiques d'Education Somatique à l'Université Lyon1 depuis sa création en 2016 à 2021. Elle a étudié la danse contemporaine et l'éducation somatique en France et aux Etat Unis.

Elle a développé tout au long de son expérience d'enseignante agrégée d'EPS, Spécialité Danse, des compétences dans le domaine de la création et la gestion de programme pédagogique.

Passion TRANSMETTRE

Dispositifs d'évaluation pendant la formation

En fin de chacun des séminaires un bilan d'évaluation formative est demandé

Questionnaire en lien avec la thématique du séminaire sont posées. le stagiaire doit répondre personnellement. Ce bilan est remis à l'enseignant




Dispositifs d'évaluation à la fin et après la formation

A la fin de la formation une présentation orale est demandée en rapport avec les acquisitions personnelles. Elle est présentée au groupe par le stagiaire et évaluée en termes de compréhension des items

Sanction de la formation

Remise au stagiaire en fin de formation d'une attestation de suivi de formation et d'acquisition de compétences.

Itinéraire pédagogique

	Vendredi 16	Samedi 17	Dimanche 18
9h - 10h30	Accueil, Ouverture Pratiques somatiques	Feldenkrais 1 - 2	Intégration collective & Questions
10h30 - 12h	Elsa Rayet, Anne Dumont & Laurence Vernay	Anne Dumont	
Pause déjeuner 12h - 13h30			
13h30 - 15h	BMC 1 - 2	F.M. Alexander 1 - 2	SENTIR & PERCEVOIR
15h - 16h30	Laurence Vernay	ELsa Rayet	
Pause			Evaluation formative et Bilan
17h - 18h	Intégration	Intégration	

Exemple de planning :