



PROGRAMME DE FORMATION

Le yoga en petite enfance pour accompagner le développement global de l'enfant

Action de formation

DURÉE : 9h-17h (1h de pause repas)

Cette formation propose aux professionnels de la petite enfance de découvrir le yoga spécifiquement pensé et adapté aux enfants de 18 mois à 3-4 ans. À travers des postures ludiques, des jeux de respiration et de relaxation, les participants apprendront à intégrer le yoga dans le quotidien des enfants en bas âge, favorisant ainsi leur développement moteur, sensoriel, émotionnel et relationnel dans un cadre sécurisant et bienveillant.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES :

- Identifier les besoins des enfants de 18 mois à 4 ans
- Comprendre les bienfaits du yoga en petite enfance
- Concevoir et animer une séance de yoga petite enfance

PROFIL DES APPRENANTS :

- Professionnels de la petite enfance et de l'enfance

PRÉREQUIS :

- Pas de prérequis mais il est recommandé de lire et de parler le français.

CONTENU DE LA FORMATION :

- Etapes clés de développement de l'enfant de 18 mois à 4 ans
- Besoins de l'enfant de 18 mois à 4 ans
- Le yoga adapté aux 18 mois-4 ans :
 - Qu'est ce que le yoga ?
 - Quels liens entre étapes du développement, besoins et bienfaits du yoga en petite enfance ?
 - Comment et pourquoi adapter le yoga ?
 - Quel rôle et posture pour les professionnels
- La construction d'une séance de yoga :
 - Structuration d'une séance type
 - Contenu des séances
- Mises en pratiques

SUIVI DE L'EXÉCUTION ET ÉVALUATION DES RÉSULTATS :

- Echanges par mail/téléphone avec le commanditaire avant, pendant et après la formation

V. 30/07/2026

SAS Wild Child Formation

220 chemin du Pierrier de la croix

74310 LES HOUCHES

Email : formation@wildchild.fr

Tel : +33673134463



- Sondage de pré-formation
- Quizz d'évaluation des acquis à chaud
- Evaluation de satisfaction à chaud
- Certificat de réalisation de la formation nominatif

RESSOURCES TECHNIQUES ET PÉDAGOGIQUES :

- Support papier de formation
- Apports théoriques
- Echanges d'expériences
- Mises en situations pratiques
- Bibliographie

QUALITÉ ET SATISFACTION : Après participation à la journée de formation et validation du quizz, émission d'un certificat nominatif de réalisation de la formation Evaluation de satisfaction à chaud

V. 30/07/2026