

# PROGRAMME DE LA FORMATION



## DÉVELOPPER DES TECHNIQUES D'ANIMATION AFIN D'AMÉLIORER SA RELATION AU GROUPE : SOUFFLE, CORPS ET VOIX

Cette formation vous permet de prendre conscience de l'impact corporel et vocal dans sa posture professionnelle afin d'améliorer l'accompagnement du public et cultiver d'autres outils relationnels.



### PUBLIC CONCERNÉ

Bénévoles et professionnels (animateurs, éducateurs, ATSEM...)

10 stagiaires



### PRÉ-REQUIS

Être en situation d'animation et d'accompagnement d'enfants de 3 à 12 ans



### DURÉE

2 jours (14 heures)



### COÛT

Nous consulter pour un devis



### FORMATRICE

Une chargée de projets Famille École de l'ARRE  
A définir ultérieurement

### OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Prendre conscience de sa posture corporelle dans sa relation aux autres
- Développer l'utilisation du corps et du souffle dans son quotidien professionnel
- Identifier sa manière de s'exprimer et développer des techniques vocales
- Acquérir des techniques de gestion du stress
- Affiner ses qualités de présence et d'écoute
- Développer son assurance et sa créativité

### MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Activités d'expression corporelle et de technique vocale
- Utilisation des outils du théâtre d'improvisation, masque neutre et clown de théâtre
- Conception d'une boîte à outils de gestion du stress (souffle, outils corporels)
- Initiation à la sophrologie et à la méditation de pleine attention
- Expérimentation de sa posture professionnelle par des mises en situations

### ASSOCIATION RESSOURCE POUR LA RÉUSSITE EDUCATIVE

54 boulevard du Général Leclerc – 59100 ROUBAIX arrenord@gmail.com  
Association loi 1901