

MODULE DE BASE BRAIN GYM – KINESIOLOGIE EDUCATIVE

En Bref :

Public :	Ouvert à tous
Prérequis :	Aucun
Inclusion dans le cursus professionnel :	Oui : Thérapeute en kinésiologie et/ou Formation continue
Nombre d'heures :	32h00, 4 jours
Atelier(s) pratique :	En sus, voir dates sous "Agenda"
Evaluation finale :	En sus, voir dates sous "Agenda"
Certification :	Attestation
Coût de la formation :	800.— (les 2 niveaux)
Formatrice :	Josiane Thiessoz, Formatrice BG, Formatrice d'adultes, kinésiologue

Présentation du cours :

Cette branche de la kinésiologie, fruit du travail de Paul et Gail Dennison (créateurs du cursus d'Edu-Kinésiologie) s'intéresse tout particulièrement aux troubles d'apprentissage, (posture, écriture, lecture, concentration, mémorisation, organisation, dyspraxie, dyslexie, etc.)

Anciennement appelé Brain Gym 1 et Brain Gym 2, ce module de base est une précieuse méthode qui permet aux adultes et aux enfants d'améliorer leurs qualités d'apprentissage de manière efficace et durable.

Contexte du cours :

Ce cours s'insère dans le cadre du cursus de notre formation professionnelle de "Thérapeute complémentaire, Méthode kinésiologie" et fait partie intégrante des 500 heures de formation spécifique.

Il n'est pas obligatoire ou remplaçable par tout autre cours des modules "de base" ou "avancés".

Objectif du cours :

Par l'intégration de mouvements simples, ce cours permet d'optimiser les capacités cérébrales en situation de stress, de tension et/ou de posture en situation d'apprentissage. Par des exercices spécifiques en relation avec les différentes parties du cerveau, certaines connexions neuronales seront (ré)activées afin d'améliorer les capacités d'apprentissage au sens large ainsi que dans des situations de difficultés d'apprentissage)

Contenu Général :

Durant ces quatre jours, la compréhension du fonctionnement général des activités cérébrales permettra de rééquilibrer (par une série de mouvements et d'exercices ciblés) en stimulant simultanément des zones cérébrales liées à la latéralisation, la concentration et le centrage.

Contenu spécifique :

A la fin du module, les participants seront capables de :

- Comprendre les mécanismes basiques du cerveau nécessaire à l'apprentissage
- Saisir l'importance du stress (physique, émotionnel ou mental) sur l'apprentissage et les conditions d'apprentissage
- Intégrer les différentes dimensions, corps-cerveau :
 - Latéralité : Ligne médiane (communication, latéralisation, motricité, esprit de synthèse, ...)
 - Focalisation : (compréhension, concentration, attention soutenue, ...)
 - Centrage : (structure, organisation, posture, ...)
- Equilibrer ces dimensions à l'aide d'un mouvement adéquatement déterminé par l'intermédiaire de testing musculaires spécifiques
- Apprendre à écouter ses ressentis corporels
- Pratiquer le remodelage de la latéralité
- Se mettre en bonne condition d'apprentissage et d'ouverture à l'aide de l'ECAP