



Petits Yoguis

Espacio de formación
Calle Sant Antoni 11, Calella, Barcelona
☎ 34 931 280 924

Programa Formativo para “Profesor de Yoga para Niños” 2017-2018

PRIMER FIN DE SEMANA

- Presentación de la escuela y el profesorado.
- Formando parte de algo más grande, entre todos **creamos la comunidad del corazón para los niños y familias.**
- Bases y principios fundamentales.
- Historia del Yoga y el yoga para niños.
- **Posturas de Yoga niños I.** Alinear el cuerpo y el corazón.
- Introducción al mundo de los niños
- Posturas prohibidas y lesivas para niños según las distintas edades.

SEGUNDO FIN DE SEMANA

- Desde la visión occidental a la visión oriental. Tomar lo mejor de cada corriente escuchando el corazón.
- **Alineamiento de Yoga para niños I.**
- Estructurar una clase de Yoga.
- **Cómo crear una clase.**
- **Posturas de Yoga niños II.** Comenzando desde la base hacia arriba.
- **Meditación I y relajación.**

TERCER FIN DE SEMANA

- El mundo de las emociones y los sentimientos
- **Útiles creativos I:** visualizaciones, cuenta cuentos, mandalas.
- **Meditación II y Mindfulness.**
- **Alineamiento de Yoga para niños II.**
- **Bases de la Respiración, prana.**
- **Posturas de Yoga niños III.**

CUARTO FIN DE SEMANA - Los límites

- **Pedagogías** y opciones de enseñanza. ¿Qué hay en España? la enseñanza habitual que reciben, **Montessori, Waldorf, ...** Escuchar su necesidad y acompañar de corazón.
- De lo más primigenio hasta la evolución más plena.
- La espiritualidad en el niño.
- **Canciones I.** Somos uno en la música de nuestro corazón.
- El tacto y las caricias, alimento para el corazón y el alma.
- **Posturas de Yoga niños IV.**
- **Meditación III.**
- La mente, el cuerpo y las emociones de los niños según cada etapa y edad.

QUINTO FIN DE SEMANA

- **Yoga para niños I.**
- **Yoga para familias con niños I.**
- Canciones y juegos.
- **Musicoterapia y canciones II.**
- Masajes y contacto físico positivo.
- **Yoga para mamá y bebé**
- Los límites: Visiones y propuestas.
- Cualidades del profesor.
- Cómo crear una clase.
- **Meditación IV.**
- **Pranayamas I.**
- **Mudras y mantra I.**

SEXTO FIN DE SEMANA

- **Yoga para niños II.**
- **Yoga para familias con niños II.**
- **Braingym**, presentando el despertar de los sistemas de respuesta naturales del cuerpo.
- **Musicoterapia, biodanza y canciones.**
- Ceremonias de transición y cambio
- **Posturas de Yoga para niños VI.**
- **Meditación V.**
- **Pranayamas II.**
- Creando una secuencia.
- Crear un programa, mensual, trimestral, semestral y anual.
- **Mudras y Mantras II.**

SÉPTIMO FIN DE SEMANA

- **Yoga para niños III.**
- **Yoga para familias con niños III.**
- El mundo de las hormonas,
- Descubriendo quién soy.
- Celebrando los momentos de cambio y transición.
- **Posturas de Yoga niños VII.**
- **Meditación VI.**
- **Pranayama III.**
- Ayudándoles a crear tu baúl de herramientas como profesor de yoga.
- Clases más avanzadas y plenas.

OCTAVO FIN DE SEMANA

- Presentación de la terapéutica. **¿Qué es yoga Terapéutico para niños?**
- Etica y profesionalidad.
- **Dudas comunes...**
 - ¿qué hacer con un grupo que no escucha o atiende?
 - Si los niños pegan.
 - ¿Qué hago si un niño no participa y se queda apartado?
 - Hay un niño que no para de llorar.
 - Sus padres le obligan a venir a clase.
 - ¿Se ponen incentivos en yoga?
 - Les llaman niños hiperactivos o con déficit de atención.
 - Mis alumnos están medicados.
- **Propósito de la escuela Om Therapy School®**
- La comunidad, **la Kula de Om Therapy School®** está ahí para aprender y crecer junto a ti.
- **Crea tu propio proyecto y forma parte de nuestro equipo.**

- **Todos somos uno y lo mismo. Pulsando con un mismo corazón.**

NOVENO FIN DE SEMANA

- **Resolución de Dudas.**
- Compartir lo mejor de nosotros mismos.
- **Exposición de Ideas y proyectos.**
- Celebración de cierre y despedida.
- Este no es más que el comienzo de algo más grande.