



FORMATION PITCHOU PHILO & SOPHRO ART

Programme détaillé

PENSER • CRÉER • RESPIRER • S'OUVRIR AU MONDE



LES ATELIERS PHILO & SOPHRO ART



Les ateliers Philo & Sophro Art mêlent Philosophie, Sophrologie et pratiques artistiques.

Le but étant de croiser la réflexion philosophique, l'expression artistique et la Sophrologie pour aider les enfants à développer leur pensée, leur bien-être et leur conscience de soi, ainsi que la créativité et la sensibilité esthétique des participants.

Les ateliers Pitchou Philo à destination d'enfants dès 5 ans ont pour but de développer leur pensée critique, leur capacité à argumenter et leur esprit d'ouverture. Ces objectifs sont atteints à travers des débats philosophiques, des jeux philosophiques et des mises en situation adaptées à l'âge des enfants.



LA RICHESSE DE CETTE FORMATION



La richesse de cette formation est son aspect original : mêler Philosophie, Art et Sophrologie. Mais ce qui fait également sa richesse est la pédagogie enseignée, son aspect pratique, complet et illimité.

JE VOUS PROPOSE :

52



52 thèmes sous la forme d'histoires illustrées, soit au format ebooks soit sous la forme de fiches illustrées ! Vous bénéficiez donc de 52 contes de Philosophie pour enfants !

32



Parmi ces thèmes je vous transmets 32 fiches illustrées et détaillées d'ateliers clef en main. Ces thèmes ont été sélectionnés pour leur valeur universelle.



À TRAVERS DE MULTIPLES FICHES ILLUSTRÉES ET DÉTAILLÉES, DÉCOUVREZ :



Les concepts philosophiques essentiels

Pour comprendre et nourrir la réflexion des enfants.



Les principes de la Philosophie pour enfants

Les bases, les questions clés et la posture philosophique.



Les vertus de l'Art dans les ateliers Philo

Œuvres d'art et expression artistique pour stimuler la créativité, l'imaginaire et l'expression de soi.



Les vertus de la Sophrologie dans l'animation des ateliers

Relaxation, gestion des émotions, visualisations, écoute des 5 sens... pour favoriser le bien-être et l'attention.



Les techniques d'animation des ateliers Pitchou Philo & Sophro Art

Des méthodes concrètes, ludiques et adaptées à chaque tranche d'âge.



UNE FORMATION COMPLÈTE ET ILLIMITÉE

- ✓ Accessible à vie, sans limite de temps.
- ✓ Formez-vous à votre rythme, quand vous voulez, où vous voulez.
- ✓ Méthode basée sur l'acquisition d'outils fondamentaux et de compétences opérationnelles.
- ✓ Des outils concrets, simples de compréhension, d'exécution et d'adaptation, issus de mon expérience auprès de tous types d'enfants.
- ✓ Je reste disponible pendant votre apprentissage et les mois suivants pour vous accompagner, conseiller et répondre à vos questions (sans frais supplémentaires).



CETTE FORMATION S'ADRESSE À

Toutes les personnes travaillant auprès d'enfants et adolescents ou désireuses d'élargir leurs pratiques en y intégrant le raisonnement philosophique :

- animateurs
- enseignants
- éducateurs
- bibliothécaires
- sophrologues...



mais aussi aux parents, grands-parents... désirant acquérir des outils de réflexion et de raisonnement pour enfants dès 5 ans.



LA POSTURE PHILOSOPHIQUE

Il est nécessaire d'adopter une posture philosophique, c'est-à-dire :

- ✓ Adopter une certaine distance par rapport aux évidences et aux préjugés
- ✓ Chercher à comprendre plus profondément les phénomènes
- ✓ Cultiver l'ouverture d'esprit et la capacité de recul
- ✓ Développer le raisonnement et l'écoute de différents points de vue



INFORMATIONS PRATIQUES

TARIF
249€

Cette formation à distance se fait à votre rythme, vous y aurez un accès illimité.



PRÉ-REQUIS ET PUBLIC

Être âgé d'au moins 18 ans. Ce cours est ouvert à toutes et tous, sans prérequis.

Elle s'adresse particulièrement à toutes personnes travaillant auprès d'enfants et adolescents, désirant élargir leurs pratiques en y intégrant le raisonnement philosophique... Mais aussi aux parents, grands-parents..., désirant acquérir des outils de réflexion et de raisonnement pour enfants dès 5 ans.



UNE PÉDAGOGIE ADAPTÉE À TOUS

Tout ce qui est enseigné est simple de compréhension, d'exécution et d'adaptation, riche de mes propres expériences auprès de tous types d'enfants.

♥ Une formation complète, originale et bienveillante pour accompagner les enfants à penser, ressentir et créer pour grandir en conscience. ☆



OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES & BIENFAITS DES ATELIERS PITCHOU PHILO & SOPHRO ART



LES ATELIERS PITCHOU PHILO VISENT À :



STIMULER LA RÉFLEXION :

Encourager les enfants à questionner le monde qui les entoure, à exprimer leurs idées et à structurer leur pensée.



DÉVELOPPER L'ÉCOUTE, LE RESPECT ET L'EMPATHIE :

Apprendre à écouter les autres, à respecter la diversité des opinions, et à dialoguer à travers l'échange d'idées et la bienveillance de manière constructive.



AMÉLIORER L'EXPRESSION ORALE :

Aider les enfants à formuler clairement leurs idées et à argumenter avec logique et cohérence.



FAVORISER L'AUTONOMIE INTELLECTUELLE :

Encourager à penser par soi-même plutôt que de répéter des idées toutes faites.



DÉPASSER SA PROPRE SUBJECTIVITÉ :

Se décentrer de son raisonnement personnel pour porter sa réflexion au-delà.



CULTIVER L'ESPRIT CRITIQUE :

Apprendre à distinguer une opinion d'un fait, à identifier les stéréotypes et à analyser les arguments.



ENCOURAGER LA COOPÉRATION :

Travailler en groupe, confronter les points de vue et construire une réflexion collective.



FAVORISER L'ÉCOUTE ET LE DIALOGUE :

Encourager le respect des opinions, l'échange d'idées et la construction d'une réflexion collective autour de la philosophie.

PLUS SPÉCIFIQUEMENT, LES ATELIERS PITCHOU PHILO & SOPHRO ART ONT POUR BUT DE :



DÉVELOPPER LA CONSCIENCE DE SOI :

Aider les enfants à mieux comprendre leurs émotions, leurs sensations corporelles et leurs pensées à travers le mouvement et la réflexion.



DÉVELOPPER LA CRÉATIVITÉ :

Permettre aux participants d'exprimer leur pensée et leurs émotions à travers des formes artistiques variées (dessin, peinture, collage, sculpture, etc.).



AMÉLIORER L'EXPRESSION ORALE ET VISUELLE :

Aider les enfants à mettre en mots leurs pensées et leurs ressentis et à expérimenter des moyens d'expression, artistiques ou non, pour illustrer leurs idées.



FAVORISER LA GESTION DES ÉMOTIONS :

Utiliser la Sophrologie pour apprendre à accueillir et exprimer ses émotions avec sérénité.



CULTIVER L'ESPRIT CRITIQUE ET L'INTERPRÉTATION :

Apprendre à analyser une œuvre (livre, tableau, dessin, photographie, musique...), à en discuter le message et à confronter différents points de vue.



AMÉLIORER LA CONCENTRATION ET L'ATTENTION :

Alterner les temps de discussion et de pratique Sophrologique pour renforcer la capacité à être présent et attentif.



SENSIBILISER AUX MESSAGES DE L'ART ET À L'ESTHÉTIQUE :

Découvrir différentes œuvres et artistes pour nourrir la réflexion et l'inspiration.



RENFORCER L'ÉQUILIBRE ENTRE CORPS ET ESPRIT :

Montrer comment la philosophie et la Sophrologie peuvent aider à mieux vivre au quotidien en cultivant la détente et la réflexion.



DÉVELOPPER LA CONSCIENCE DES VALEURS UNIVERSELLES.

Ces ateliers alternent temps de discussion philosophiques, production artistique et œuvres d'art, exercices de Sophrologie/respiration et moments de relaxation pour une approche globale du bien-être et de la pensée.





FORMATION

PITCHOU PHILO & SOPHRO ART

Programme détaillé

PENSER • CRÉER • RESPIRER • S'OUVRIRE AU MONDE

Sophrologue et praticienne en Art-thérapie, spécialisée dans le domaine de l'Enfance, je suis aussi enseignante et autrice de livres jeunesse.

J'anime des ateliers Pitchou Philo au sein des écoles, collèges, bibliothèques, centres de loisirs...



CONTENU PÉDAGOGIQUE

1 INTRODUCTION

à la Formation Pitchou Philo et Sophro Art

2 LES NEUROSCIENCES ET ÉMOTIONS

3 LA PHILOSOPHIE :

- Qu'est-ce que c'est ?
- Les grands courants expliqués aux enfants
- Les penseurs
- La Philosophie expliquée aux enfants
- Les ateliers Philo pour enfants

4 L'ART DANS LES ATELIERS PITCHOU PHILO ET SOPHRO ART

- L'usage des œuvres d'art dans les ateliers Philo
- 15 fiches illustrées et détaillées sur des œuvres d'art classiques
- La création artistique dans les ateliers Pitchou Philo
- Des mandalas à colorier

5 LA SOPHROLOGIE :

- Qu'est-ce que c'est ?
- Les différents exercices : 8 fiches de sophronisations illustrées et 11 fiches de relaxation dynamique illustrées
- La Sophrologie pour enfants
- Comment est-elle utilisée dans les ateliers Philo

6 LES THÈMES PHILOSOPHIQUES :

- 52 thèmes sous la forme d'histoires illustrées, soit au format ebooks soit sous la forme de fiches illustrées ! Vous bénéficiez donc de 52 contes de Philosophie pour enfants !
- Parmi ces thèmes je vous transmets 32 fiches illustrées et détaillées d'ateliers clef en main.

7 LE CADRE ET MATÉRIEL DES ATELIERS

8 LA MÉTHODE ET LE PLAN D'ANIMATION D'UN ATELIER PITCHOU PHILO ET SOPHRO ART

LES COURS SONT EN PDF ET JPG + DEUX VIDÉOS.



DURÉE



La formation repose sur de nombreuses fiches de cours illustrées et détaillées en PDF et JPG + vidéos présentant les exercices de Sophrologie.

- ✓ Vous recevrez votre dossier de formation une fois la commande réglée.
- ✓ Vous vous formez à votre rythme, sans limite de durée.
- ✓ Je reste disponible pour toutes questions.



INSCRIPTION ET PAIEMENT



- ✓ En ligne par carte bancaire ou Paypal, ou bien par chèque(s) ou virement en me contactant par mail.
- ✓ Cette formation peut être financée en deux mensualités (me contacter par mail, l'envoi du dossier de formation s'effectuera une fois la totalité réglée) ; ou bien par votre employeur s'il vous accorde son autorisation.
- ✓ Vous recevrez une facture suite à votre achat (automatique pour les règlements en ligne, me la demander pour les règlements par virement ou chèque).



MODALITÉS PRATIQUES :

Après l'achat en ligne, vous disposez de 30 jours pour ouvrir le lien que vous recevrez.



ATTESTATION



A l'issue de la formation, vous recevrez une attestation de participation nominative.

Aussi, je vous demande d'animer au moins une séance Pitchou Philo auprès d'enfants, et de me faire un compte-rendu détaillé de cet ou ces ateliers si vous avez pu en animer plus d'un.

Je vous demanderais également de me transmettre un compte-rendu de votre cursus en m'expliquant vos motivations dans cette formation, comment vous avez vécu les étapes de la formation, vos questionnements, les points forts/les points faibles (à améliorer) que vous estimez avoir à la fin de la formation...

Si vous avez d'éventuelles questions, ce sera aussi le moment de me les poser, ou demander des conseils...



RENSEIGNEMENTS



Par téléphone au 06.10.26.75.67

et par email adelineyogasophro@gmail.com.





QUELQUES THÈMES PHILO

de la formation Pitchou Philo & Sophro Art

Des histoires pour penser, des échanges pour grandir, des émotions pour mieux se comprendre.



1 Bonheur



Qu'est-ce qui te rend vraiment heureux ?

2 Liberté



Être libre, c'est faire ce que l'on veut ?

3 Fraternité



Comment vivre ensemble comme des frères et sœurs ?

4 Égalité



Faut-il toujours traiter tout le monde de la même façon ?

5 Bienveillance



Comment être gentil avec soi et avec les autres ?

6 Amitié



Qu'est-ce qu'un vrai ami ?

7 Harcèlement



Pourquoi certaines paroles peuvent blesser autant ?

8 Lenteur



Pourquoi prendre son temps peut être si important ?

9 Douceur



La douceur rend-elle le monde plus beau ?

10 Beauté



La beauté est-elle la même pour tous ?

11 Confiance



Qu'est-ce que la confiance ?

12 Discrimination



Pourquoi juge-t-on les autres sans les connaître ?

13 Morale



A-t-on tous la même idée du bien et du mal ?

14 Mort



Que se passe-t-il quand on meurt ?

15 Normalité



Faut-il être comme tout le monde pour être normal ?

16 Paix



Comment construire la paix autour de nous ?

17 Patience



Pourquoi attendre peut être une force ?

18 Peur



Pourquoi avons-nous peur parfois ?

19 Solidarité



Aider les autres, est-ce important ?

20 Amour



Qu'est-ce que l'amour ?

21 Tolérance



Accepter les différences, c'est s'enrichir ?

22 Doute



Douter, est-ce penser ?

23 Silence



Que peut-on entendre dans le silence ?

24 Temps



Le temps passe-t-il vraiment ?

25 Egoïsme



Penser à soi, est-ce mal ?

26 Empathie



Se mettre à la place de l'autre, comment fait-on ?

27 Différences



Nos différences nous rendent-elles uniques ?

28 Rêve



À quoi servent nos rêves ?

29 Humilité



Pourquoi est-il beau de rester modeste ?

30 Imagination



L'imagination peut-elle changer le monde ?

31 Penser



À quoi ça sert de penser ?

32 Grandir



Grandir, c'est quoi au juste ?

et tant d'autres à découvrir...

Chaque thème est exploré à travers des histoires, des échanges philosophiques, des activités créatives et des moments de sophrologie pour grandir en conscience.