

S'initier à des pratiques de mouvements adaptés pour améliorer la vie des personnes âgées

> Objectifs pédagogiques:

- Appréhender ce que sont le corps en mouvement et le mouvement dansé
- Se familiariser avec différentes techniques de mise en mouvement et en mouvements dansés
- Construire des transpositions à destination des personnes âgées
- Concevoir un protocole pour présenter cette activité aux personnes âgées

> Le pré requis: aucun prérequis, expérience personnelle en danse ni condition physique ne sont nécessaires.

> Modèles pédagogiques

Méthode Expositive

Ateliers pratiques

> Dispositif suivi et évaluation

Mise en œuvre dans les établissements de l'activité Une demie journée ou une journée de retour pour analyser et développer les mises en œuvre

> Durée de la formation

7 heures

> Intervenante

Danse-thérapeute, praticienne en gestion du stress, médiatrice en éducation thérapeutique du patient, formatrice

> Programme

Pré test

MATINEE

I. Présentation de la formation

1. Organisation, démarche, méthode

2. Objectifs

2.1. S'approprier des techniques de mise en mouvement et en mouvement dansé

2.2. Etre capable de transposer ces techniques à destination des personnes âgées en fonction de leurs spécificités

II. Echange sur le vécu des participants

1. Le mouvement intégré au quotidien et aux activités de loisirs
2. Identifier les types de mouvements que l'on produit

III. Théorie

1. Le corps en mouvement
2. Le mouvement dansé

IV. Se familiariser avec différentes techniques de mise en mouvement et en mouvements dansés

1. Expérimenter et apprendre des techniques
2. Percevoir et développer ses sensations internes
3. Identifier ce qui a été ressenti dans son corps et dans son mental durant la pratique
4. Identifier les bénéfices ressentis et éprouvés

APRES-MIDI

V. Transposition aux résidents

1. Les spécificités du public
 - 1.1. Identifier les besoins des personnes âgées
 - 1.2. Identifier les contraintes corporelles et cognitives des personnes âgées
2. Concevoir une séance avec 2 exercices
3. Concevoir une progression de séances avec une personne ou un même groupe de personnes âgées . (si le temps le permet)
4. Concevoir un protocole pour présenter cette activité aux personnes âgées

Fin de formation et évaluation à chaud

> Publics concernés

Tous les professionnels exerçant auprès des personnes âgées - EHPADS, Etablissements..

DELAIS D'ACCES

Pas de délais

N'hésitez pas à nous faire connaître vos besoins spécifiques en contactant notre référent handicap:

Christine DECLERCQ - c.declercq@niceoevent.com