



# RYTHMES DE VIE DES 3-10 ANS : ENRICHIR SA PRATIQUE PROFESSIONNELLE

2 jours en  
Octobre et  
1 jour en  
Novembre

## Objectifs

À l'issue de cette formation, les participants seront en capacité de :

- Concevoir et animer des séances collectives auprès des enfants et/ou des parents
- S'approprier des ressources pédagogiques (techniques d'animation, outils...)
- Repérer les enjeux et les interactions entre l'alimentation, le sommeil et les activités du quotidien pour la qualité de vie des enfants

## Programme

**7 et 8 octobre :** A partir des représentations et de l'expérience de chacun, l'animation de la formation portera sur des apports théoriques sur les notions de rythmes, sommeil, alimentation et autres activités (physique, écrans, scolarité etc.). Les participants seront amenés à échanger, expérimenter et partager des ressources pédagogiques, imaginer des séances destinées à leur public et se mettre en situation d'animation via des jeux de rôles.

**7 novembre :** Mise en pratique des connaissances vues lors des deux premiers jours afin de pouvoir créer des séances adaptées à vos besoins et à votre structure (apports autour de la méthodologie de projets)

## Intervenantes

Marion Legeay  
Chargée de mission  
IREPS Pays de la Loire

Audrey Thouroude  
Chargée de mission  
IREPS Pays de la Loire

**A Laval** (rue Jules Méline)  
**07 et 08 octobre 2019**  
**07 novembre 2019**

Inscription et renseignements :  
**IREPS Pôle Mayenne**  
[ireps53@irepspdl.org](mailto:ireps53@irepspdl.org)  
**02 43.53.46.73**

**S'inscrire en ligne**

**Subventionnée**

