

DÉROULÉ DE L'ACTION

PRESENTATION GENERALE / INFOS PRATIQUES

Titre de la formation (selon programme)	DEVENIR SOPHROLOGUE
Objectifs de la session (selon programme)	QUALIFICATION
Type de formation	Présentiel – à distance en ligne sur plateforme e-learning
Public / spécificités des stagiaires	Demandeur d'emplois, salariés, libéraux en reconversion professionnel
Accessibilité handicap :	Mobilité réduite – salle adapté à la mobilité réduite.
Prérequis exigés	Ordinateur – connexion wifi
Méthode validation des prérequis	Connexion wifi + ordinateur
Matériel requis	Ordinateur + Feuille de papier + stylos.
Support pédagogique	Rétroprojecteur + ordinateur

Horaires formation (amplitude journée) + pauses	8h30-16h00 : présence formateur / 8h30-16h00 : présences stagiaires 10h45 : pause de 15 minutes 12h30 : pause déjeuner 1h00 16h00 : Fin du cours
Animation par :	SIX Céline : (formatrice et Directrice)

RYTHME / DECOUPAGE DES SESSIONS

Séquence Module	Notions abordées	Pour quel résultat ?	Durée	Début	Fin	Méthode pédagogique	Moyens utilisés
	La formatrice (moi) se présente Chaque participant se présente et exprime ses attentes de la formation	Présentation de la formation / objectif pédagogique, plan, durées	0h30	9h30	10h00		Paperboard Feuille blanche.
	<ul style="list-style-type: none"> - Sophrologie-Concept-Origine Les courants de la sophrologie/4 Principes fondamentaux. Séance type/Relaxation/lâcher prise 	Intégrer les notions de bases	7 heures	9h30	16h00	Démonstrative	Rétro-projecteur
		Intégration des bases de la sophronisation.	7 heures	9h30	16h00	Démonstrative	Rétro-projecteur
	<ul style="list-style-type: none"> Relaxation Schultz et Jacobson/mise en situation 	Intégration de la relaxation	7 Heures	9h30	16h00	Démonstrative/Interrogative	Rétro-projecteur
	<ul style="list-style-type: none"> Gestion des émotions /Stress Anamnèse / Objectif/ Mise en situation 	Comprendre l'alliance sophronique	7 heures	9h30	16h00	Démonstrative/Interrogative	Rétro-projecteur

<ul style="list-style-type: none"> Alliance sophronique / PNL/VAKOG 	Intégrer les modes de communication	7 heures	09h30	16h00	Démonstrative/Interrogative	Rétro-projecteur
<ul style="list-style-type: none"> Modules 1.2.3,4 - 7 vidéos par module d'une heure. - Exercice d'entraînement inclus 	Intégrer les principales fonctions des modules.	200 heures	09h30	16h00	Expérimentale	Plateforme e-learning learnyBox
<ul style="list-style-type: none"> - La motivation 	Comprendre la motivation	7 heures	09h30	16h00	Démonstrative	Rétro-projecteur
<ul style="list-style-type: none"> - Le protocole/ Trame de protocole 	Savoir effectuer un protocole	7 heures	09h30	16h00	Expérimentale/Mise en Situation pratique	Rétro-projecteur
<ul style="list-style-type: none"> - Relaxation dynamique/Techniques sophroniques 	Intégration des techniques sophroniques	7 heures	09h30	16h00	Expérimentale/Mise en situation	Rétro-projecteur
<ul style="list-style-type: none"> - Les spécialités/Somatisation 	Intégration des notions.	7 heures	09h30	16h00	Démonstrative	Rétro-projecteur
<ul style="list-style-type: none"> - Stratégie de communication/Projet 	Intégration des notions de base	7 heures	09h30	16h00	Démonstrative	Rétroprojecteur
<ul style="list-style-type: none"> - Module 5,6,7,8,9 - 7 vidéos par modules d'une heure. - Exercice d'entraînement inclus 	Intégrer les principales fonctions des modules	200 heures	09h30	16h00	Expérimentale	Plateforme e-learning learnybox
<ul style="list-style-type: none"> - Dossier de soutenance à rendre avant la fin de la formation - contenant l'exposé sur un thème défini - mise en situation pratique - Le projet professionnel 	Evaluation à distance				A envoyé par mail	Mail