

« Danse thérapie »



Bienvenue dans la formation complète pour apprendre l'art de la Danse Thérapie, un parcours enrichissant et détaillé conçu pour vous équiper des compétences nécessaires pour devenir un danse-thérapeute qualifié ou pour pratiquer la danse thérapie à titre personnel. Cette formation est idéale pour les professionnels du bien-être, les danseurs, les psychologues, et toute personne passionnée par l'utilisation de la danse comme outil thérapeutique. Cette pratique n'inclut pas la beauté et l'esthétique, **il n'y a pas besoin d'être un danseur professionnel**, il n'y a ni exposition ni public. Les mouvements reflètent l'état émotionnel et la personnalité de chaque individu.

Document actualisé le 01/03/2023

La danse thérapie est une **pratique adaptée à tous les âges**, offrant une multitude d'avantages significatifs tant sur le plan physique que psychologique. Elle **favorise la santé, renforce l'estime de soi et améliore l'image corporelle**. En **réduisant l'anxiété et les symptômes de la dépression**, elle apporte un soulagement efficace à certains maux et diminue la fatigue, le stress et les douleurs.

Notre formation se distingue par sa profondeur et sa diversité, couvrant tous les aspects essentiels de la danse thérapie, depuis les principes fondamentaux jusqu'à la gestion professionnelle. Divisée en dix modules, elle vous offre une compréhension complète et pratique de la danse thérapie.

- Découvrez les fondements de la danse thérapie, son histoire, ses principes théoriques et les diverses approches utilisées dans ce domaine. Vous verrez que la danse peut être un **puissant outil d'expression et de guérison**.
- Explorez les interconnexions existantes entre les mouvements et les émotions. Ce module vous introduira aux théories psychologiques et neuroscientifiques qui expliquent cette relation.
- Apprenez à utiliser l'improvisation et la créativité pour enrichir les séances de danse thérapie. Vous développerez des compétences pour encourager l'expression personnelle et la découverte de soi à travers le mouvement.
- Maîtrisez les techniques pour animer des séances de groupe, gérez les dynamiques de groupe, et apprenez à créer des activités de cohésion et de coopération efficaces.
- Acquérez des compétences pour adapter vos séances de danse thérapie aux besoins variés des clients, qu'il s'agisse d'enfants, d'adultes, de personnes âgées, ou de personnes ayant des besoins spécifiques.
- La musique et les accessoires seront de précieux outils pour enrichir vos séances. Vous apprendrez à **créer des playlists thérapeutiques**, à utiliser des accessoires pour stimuler la créativité et à intégrer la musique pour guider l'improvisation.
- Obtenez des conseils pratiques pour établir et gérer votre activité de danse thérapie. Le dernier module abordera la création du statut d'auto-entrepreneur, la gestion quotidienne de la micro-entreprise et les aspects essentiels comme la recherche de clients, la location de locaux et les assurances nécessaires.

Notre formation est conçue pour être à la fois théorique et pratique. Chaque module est conçu pour vous fournir une compréhension approfondie, avec des exercices pratiques pour appliquer vos connaissances.

Document actualisé le 01/03/2023



Accédez à des outils pédagogiques, des guides pratiques et des ressources en ligne pour soutenir votre apprentissage et votre développement professionnel. Que vous souhaitiez démarrer une nouvelle carrière ou approfondir vos compétences existantes, notre formation en danse thérapie vous offre les outils et les connaissances pour réussir dans ce domaine. Rejoignez-nous et transformez votre passion pour la danse en une pratique thérapeutique enrichissante et professionnelle.

Public :

Tout public

Prérequis :

Aucun

Durée de formation :

40 heures

Inscription :

Pour toute demande d'inscription, veuillez vous rendre sur le site : <https://elearningformalis.fr> ou nous contacter par email : equipepedagogique@elearningformalis.fr

Objectifs :

A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable d'intégrer à la danse thérapie à sa pratique professionnelle.

Moyen et modalité :

FOAD

Alternance de théorie et de cas pratiques

À l'issue de la période de formation le stagiaire se verra remettre son relevé de connexion certifié par le centre de formation pour contre-signature.

Document actualisé le 01/03/2023

Moyens Techniques :

10 modules au format PDF
10 fichiers audio au format mp3
Un examen final
Notre support qui est là pour répondre à toutes vos questions

Adaptation et suivi de la formation :

Un suivi de la formation et un accompagnement seront réalisés tout au long de la formation. La formation pourra être adaptée pour pallier des difficultés majeures rencontrées par l'apprenant.

Évaluation de parcours :

Le contrôle de connaissances permettant de vérifier le niveau de connaissances acquis par les Stagiaires est effectué selon les modalités suivantes :

QCM

Délai d'accès :

Un délai minimum et incompressible de 24 heures entre l'inscription et l'accès à la formation est appliqué.

Handicap :

Toutes les formations dispensées à FORMALIS sont accessibles aux personnes en situation de handicap. Lors de l'inscription à nos formations, nous étudions avec le candidat en situation de handicap et à travers un questionnaire les actions que nous pouvons mettre en place pour favoriser son apprentissage.

Pour cela, nous pouvons également nous appuyer sur un réseau de partenaires nationaux préalablement identifiés.

Coordonnées des partenaires handicap :

AGEFIPH

Bastien GIESBERGER M'Ballo SECK



Contact mail uniquement
rhf-idf@agefiph.asso.fr

MDPH

MDPH 75 de Paris 69 rue de la Victoire 75009 Paris
0 805 800 909
contact@mdph.paris.fr

Évaluation du besoin :

Un questionnaire sera proposé pour analyser l'adéquation du besoin de formation avec les formations dispensées.

Le Prix :

590 €

Contact :

MARIN JONES Harriet
equipepedagogique@elearningformalis.fr
+ 33 1 87 20 06 98

« Danse thérapie »

PROGRAMME DE FORMATION DÉTAILLÉ

Module 1 : Les bases de la danse thérapie

Durée : 4 heures

Objectif : A l'issue de ce module, le stagiaire sera capable de maîtriser les bases d'une séance de danse thérapie.

Chapitre 1 : Les bases pratiques et théoriques

Chapitre 2 : Intégrer le dialogue corporel

Chapitre 3 : Construire une séance type

Document actualisé le 01/03/2023

Chapitre 4 : Développer l'imaginaire et l'expression corporelle

...

Évaluation module 1

Module 2 : Le déroulement d'un accompagnement en danse thérapie

Durée : 4 heures

Objectif : A l'issue de ce module, le stagiaire sera capable de préparer une séance entière de danse thérapie.

Chapitre 1: La préparation au coaching

Chapitre 2 : Déroulement de la séance

Chapitre 3 : La fin de séance en danse thérapie

Chapitre 4 : Le suivi de la personne accompagnée

...

Évaluation module 2

Module 3 : L'image et l'estime de soi

Durée : 4 heures

Objectif : A l'issue de ce module, le stagiaire sera capable de maîtriser des techniques pour améliorer l'image et l'estime de soi.

Chapitre 1: L'image et l'estime de soi

Chapitre 2 : Les facteurs influençant l'estime de l'image de soi

Chapitre 3 : Les techniques pour améliorer l'image et l'estime de soi

Chapitre 4 : Exercices de danse visant à améliorer son image et son estime de soi

...

Évaluation module 3

Module 4 : Techniques de respiration et de relaxation

Durée : 4 heures

Objectif : A l'issue de ce module, le stagiaire sera capable de maîtriser des techniques de relaxation et de respiration.

Chapitre 1: Introduction aux techniques de relaxation

Chapitre 2 : Exercices de respiration

Chapitre 3 : Techniques de relaxation physiques

Chapitre 4 : Techniques de relaxation mentale

Chapitre 5 : Intégration des techniques de relaxation et de respiration

...

Évaluation module 4

Module 5 : L'expression des émotions par le mouvement

Durée : 4 heures

Objectif : A l'issue de ce module, le stagiaire sera capable de guider les apprenants à libérer leurs émotions à travers les mouvements.

Document actualisé le 01/03/2023

Chapitre 1: Compréhension des émotions et du mouvement
Chapitre 2 : Techniques de danse thérapeutique pour l'expression émotionnelle
Chapitre 3 : Exercices pratiques pour explorer et exprimer les émotions
Chapitre 4 : La musique et l'expression des émotions
...
Évaluation module 5

Module 6 : Techniques d'improvisation et développement de la créativité

Durée : 4 heures
Objectif : A l'issue de ce module, le stagiaire sera capable d'intégrer des outils d'improvisation lors des séances.
Chapitre 1: L'improvisation en danse thérapie
Chapitre 2 : Techniques et exercices d'improvisation
Chapitre 3 : Stimuler la créativité en danse thérapie
Chapitre 4 : Intégrer l'improvisation et la créativité dans les séances
Chapitre 5 : Exercices pratiques et applications
...
Évaluation module 6

Module 7 : Techniques d'animation de groupe

Durée : 4 heures
Objectif : A l'issue de ce module, le stagiaire sera capable d'animer un groupe.
Chapitre 1: Les dynamiques de groupe
Chapitre 2 : Techniques pour animer des séances de groupe
Chapitre 3 : Gestion des dynamiques de groupe
Chapitre 4 : Exercices pratiques pour les groupes
...
Évaluation module 7

Module 8 : Adaptation des séances aux publics spécifiques

Durée : 4 heures
Objectif : A l'issue de ce module, le stagiaire sera capable d'adapter ses séances aux besoins de divers publics.
Chapitre 1: Adaptation pour les enfants
Chapitre 2 : Adaptation pour les adultes
Chapitre 3 : Adaptation pour les seniors
Chapitre 4 : Adaptation pour les personnes avec des besoins spécifiques.
...
Évaluation module 8

Module 9 : Utilisation de la musique et des accessoires en danse thérapie

Document actualisé le 01/03/2023

Durée : 4 heures

Objectif : A l'issue de ce module, le stagiaire sera capable d'intégrer des accessoires et d'accorder ses musiques à l'objectif de la séance de danse thérapie.

Chapitre 1 : Rôle de la musique en danse thérapie

Chapitre 2 : Création de playlists thérapeutiques

Chapitre 3 : Techniques pour intégrer la musique

Chapitre 4 : Utilisation d'accessoire en danse thérapie

Chapitre 5 : Exercices pratiques avec la musique et les accessoires

...

Évaluation module 9

Module 10 : Installation professionnelle

Durée : 4 heures

Objectif : A l'issue de ce module, le stagiaire sera capable de créer sa micro-entreprise et de s'installer professionnellement.

Chapitre 1 : Création du statut d'auto-entrepreneur

Chapitre 2 : Gestion quotidienne de la micro-entreprise

Chapitre 3 : Trouver ses premiers clients

Chapitre 4 : Recherche de locaux

Chapitre 5 : Assurances professionnelles

Chapitre 6 : L'accompagnement psychologique

...

Évaluation module 10

ACCESSIBILITÉ

En application de l'article 47 de la loi n° 2005-102 du 11 février 2005 et du décret n° 2019-768 du 24 juillet 2019 ce document présente la politique de FORMALIS en matière d'accessibilité numérique.

1. RESPONSABLE ACCESSIBILITÉ NUMÉRIQUE

Pour veiller continuellement à l'accessibilité des contenus numériques, FORMALIS a nommé un responsable de l'accessibilité numérique.

Celui-ci a pour missions :

- De veiller à la mise en place de processus pour l'accessibilité des contenus numériques ;
- De rendre compte au responsable de la formation des contenus et des services numériques, ainsi que de tout besoin d'amélioration ;

Document actualisé le 01/03/2023



- De s'assurer que la sensibilisation aux exigences de l'accessibilité est encouragée dans l'établissement ;
- D'être l'interlocuteur premier sur tous les sujets d'accessibilité numérique.

2. ACTION DE FORMATION ET DE SENSIBILISATION

Pour répondre au besoin de sensibilisation et de formation des membres de FORMALIS, un plan de formation sera déroulé sur les trois prochaines années. Ces formations seront réalisées selon la méthode la plus appropriée pour répondre aux spécificités de la formation, soit par des dispositifs à distance synchrones ou asynchrones, soit par des dispositifs en présentiel.

3. GUIDE DES BONNES PRATIQUES

Pour que la prise en compte de l'accessibilité dans la fabrication des contenus et la mise en place des services numériques deviennent des éléments de la qualité, chaque pôle intégrera les bonnes pratiques de l'accessibilité adaptées à ses contenus et outils. Cette adaptation sera issue des expériences faites lors de nos formations.

CGV disponibles sur ce lien : <https://elearningformalis.fr/wp-content/uploads/2021/04/CGV-Formalis.pdf>

Document actualisé le 01/03/2023