

# BRAIN GYM : INITIATION AUX 26 MOUVEMENTS (BG 104)

## PROGRAMME

Ce cours a pour objectif de découvrir le Brain Gym®.  
Les deux jours sont entièrement dédiés à l'observation et à la pratique des 26 mouvements de base.  
Il est une initiation, une première étape vers l'expérience de l'Edu-K.  
(Education Kinesthésique)

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES/COMPÉTENCES À ACQUÉRIR

- ECAP "Energisant, Clair, Actif, et Positif".
- Observation des pré-activités et posts-activités des mouvements
- 26 mouvements : les compétences physiques de l'apprentissage, les variantes basiques et adaptations, applications à différentes situations
- Les 4 catégories des 26 mouvements Brain Gym® comme relayé dans les 3 dimensions
- Les cinq principes des mouvements de base de l'apprentissage

## OUTILS PÉDAGOGIQUES

- Le manuel de cours est le livre de Paul et Gail Dennison, 2ème édition Brain Gym - le mouvement, clé de l'apprentissage



## PERSONNES CONCERNÉES

### Pré-requis :

aucun, Stage pour tout public voulant découvrir le Brain Gym.  
Formation obligatoire dans le cursus de kinésiologue.

## LIEU DE STAGE

55 rue de Palmyre 83200 Toulon.  
Le lieu du stage est susceptible de changer en fonction du nombre de participants. L'information sera transmise rapidement après l'inscription.

## CONTACT

 06.70.93.14.91

 [ecolekpe@gmail.com](mailto:ecolekpe@gmail.com)

 [ecolekpe.com](http://ecolekpe.com)

## INTERVENANT

Laetitia FOURNIER

## DURÉE

2 jours 14 heures en présentiel  
9h00 /12h30- 14h/17h30

## COÛT DE LA FORMATION

120 euros par journée de formation, soit 240 euros

## EVALUATION DES ACQUIS

Exercices pratiques,  
Attestation de présence

# EDUCATION KINESTHESIQUE – BRAIN GYM 1 ET 2 101

## PROGRAMME

- 1ère partie
- Découvrir les 26 mouvements de base du Brain Gym, leur fonctionnement et leurs actions sur nous.
- Les utiliser pour soi au quotidien et/ou les proposer aux enfants, en groupe, seul, en famille...
- Comment mettre le cap sur l'apprentissage ? Se préparer à apprendre.
- Le cerveau dans ses trois dimensions (hémisphères droit et gauche, cerveau émotionnel et cerveau reptilien)
- 
- 2ème partie
- Utiliser les mouvements de Brain Gym au sein d'équilibrages, dans le but d'améliorer la communication, la compréhension, l'organisation et l'apprentissage en général.
- Pour un objectif déterminé, apprendre à équilibrer son corps dans ses trois dimensions (droite/gauche, haut/bas et avant/arrière).
- Les 5 étapes d'un équilibrage
  - L'objectif d'une séance
  - Equilibrage pour être positif (stress et apprentissage)
  - Equilibrage de la vision (yeux, lecture)
  - Equilibrage de l'écoute (langage, mémorisation)
  - Equilibrage des aptitudes motrices fines (écriture, dessin,...)
  - Equilibrage pour la communication (latéralité)
  - Equilibrage pour la compréhension (focalisation / concentration)
  - Equilibrage pour l'organisation (centrage)
  - Remodelage des trois dimensions (interaction des 3 dimensions entre elles)
  - Equilibrage « coup de vent » (rapide au quotidien)
  - Equilibrage eX-pansion (complet dans les 3 dimensions)
- 

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES/COMPÉTENCES À ACQUÉRIR

- Nous voyons comment intégrer notre corps dans ses trois dimensions spatiales : Latéralité (droite-gauche), Centrage (haut-bas) et Focalisation (avant-arrière). Ce stage offre ainsi une amélioration de la communication, de la compréhension, de l'organisation et du mécanisme de l'apprentissage en général, en proposant différents équilibrages comme celui de la vision, de l'écoute, des aptitudes

## MOYENS PEDAGOGIQUES

- Le manuel de cours est le livre de Paul et Gail Dennison, 2ème édition Brain Gym - le mouvement, clé de l'apprentissage
- Alternance de théorie et d'exercices pratiques supervisées
- Echange permanent avec les stagiaires..



## PERSONNES CONCERNÉES

### Pré-requis :

- Initiation aux 26 mouvements (BG 104 cette formation s'adresse aux parents,, ostéopathe, éducateurs, ergothérapeute ou juste pour vous aider vous même au quotidien. Formation obligatoire dans le parcours de kinésiologue

## LIEU DE STAGE

55 rue de Palmyre 83200 Toulon.  
Le lieu du stage est susceptible de changer en fonction du nombre de participants.L'information sera transmise rapidement après l'inscription.

## CONTACT



06.70.93.14.91



ecolekpe@gmail.com



ecolekpe.com

## INTERVENANT

**Laetitia FOURNIER Consultante-  
instructrice certifiée par la Fondation  
Internationale de Kinésiologie  
Educative ;**

## DURÉE

4 jours 28 heures en présentiel  
9h00 /12h30- 14h/17h30

## COÛT DE LA FORMATION

120 euros par journée de  
formation, soit 480 euros

## EVALUATION DES ACQUIS

Exercices pratiques,  
Attestation de présence  
à l'issue de ce stage, un certificat  
est délivré .