



Taller formativo

¿Cómo
introducir el
yoga en la infancia?

Ciclo de infantil (0 a 6 años)

Un saquito de herramientas.

Imparten: Gema García y María del Carmen López Muñoz

María del Carmen López Muñoz

maimovimiento@gmail.com

El taller de Yoga para niños es un taller teórico práctico dirigido a todas las personas interesadas en su bienestar físico, energético y mental; en su crecimiento y evolución. Enfocado a profes, acompañantes, papás, mamás, psicólogos, orientadores y a cualquier persona que tenga la pasión y el deseo de trabajar con infancia o quiera empezar a hacerlo y que quieran obtener y aplicar los conocimientos y las herramientas que el Yoga aporta en la educación. Se entregará material del taller.

La práctica de yoga adaptada a los niños/as a través del juego y la diversión nos ofrece una oportunidad para potenciar en los pequeños, los valores esenciales que les harán tomar conciencia de su potencial y de sus capacidades, así como un saquito de herramientas para desenvolverse en la vida con alegría, serenidad y equilibrio.

Temporalización

Taller de 10 horas.

VIERNES 22 DE MARZO DE 18:30 A 20:30 H

SABADO 23 DE MARZO DE 10 A 14 Y 15:30 A 19:30H

PRECIO: 110 euros

90 EUROS si lo pagas antes del 23 DE FEBRERO

Sesión I Viernes:

Introducción: Yoga en la escuela, ¿Por qué?

¿Qué es el yoga para niños/as y por qué practicarlo?

Beneficios del yoga para niños/as.

Práctica sesión adultos/as. (Para entenderlo hay que practicarlo primero).

Posturas base para construirlas con los niños/as.

Sesión II sábado Mañana:

La importancia de la comunicación:* **DISCIPLINA POSITIVA**

Yoga de gateadores y caminadores

Yoga para niños/as de 3 a 6 años.

Sesión III sábado Tarde:

Yoga para niños y niñas de 3 a 4 años y de 4 a 5 años.

Yoga para niños/as de 5 a 6 años.

Contenido del curso:

Técnicas y juegos para enseñar a diferentes grupos de edad.

Juegos creativos de yoga.

Alineación postural y beneficios en la práctica de yoga.

Ejercicios y juegos de respiración, Meditación y relajación para niños/as. Tiempo de silencio.

Posturas (Asanas) para niños/as, en pareja y grupo.

Herramientas (cuentos, canciones, dinámicas...) y maletín del profesor/a.

Cómo conseguir y mantener la atención durante la clase.

Estadios psicoevolutivos en los niños/as. Aprendizaje y desarrollo motor.

Mindfulness y disciplina positiva.

María del Carmen López Muñoz

maimovimiento@gmail.com

***Disciplina positiva:** *¿De dónde sacamos la idea de que para que un niño se porte “bien” primero hemos de hacerle sentir “mal”?*

Disciplina positiva supone, primero una revolución personal y por consiguiente un cambio en nuestra mirada de niño. Una mirada desde la empatía y el respeto mutuo, logrando una comunicación efectiva y duradera. Trabajaremos el modelo comunicativo firme y amable. La gestión emocional desde los aportes de la neurociencia y cómo conectar con ellos/ellas para lograr su cooperación.

MARÍA DEL CARMEN LÓPEZ MUÑOZ, maestra de educación infantil y educación especial. Profesora especializada en Yoga para niños/as, adolescentes y en familia, con amplia experiencia pedagógica y formándose en diversas escuelas de referencia de España.

Profesora certificada de Hatha yoga y yoga restaurativo.

Formada en distintas herramientas de expresión corporal como biodanza, psicomotricidad infantil, danza y movimiento infantil, movimiento consciente y demás herramientas que tienen como motor el bienestar emocional a través del cuerpo.

Formadora de docentes En colegios y escuelas infantiles, con la creación del taller introductorio “Cómo introducir el yoga en aula “para infantil, primaria y secundaria. Y “Educación emocional en niño/as de 0 a 6 en el aula”.

GEMA GARCIA Ya desde niña pasaba horas explicando lecciones a mis muñecos. Disfrutaba enseñando y aprendiendo. Me diplome en Magisterio Infantil y lengua extranjera pero la práctica en colegios tradicionales acabo con la ilusión que sentía y me aparté de las aulas. Decidí entonces enseñar, pero desde la danza. Cuando fui mamá necesitaba encontrar una alternativa para mi hija y conocí todo un mundo precioso que me devolvió las ganas de ser parte de nuevo y hacer de este mundo un lugar más bonito desde la educación.

Me formé en comunicación positiva, especialista en neurodidáctica, formadora en disciplina positiva, guía Montessori de comunidad infantil y asistente Montessori en casa de niños/as donde llevo trabajando tres años.

Maimovimiento@gmail.com

Teléfono de contacto: 629662150

María del Carmen López Muñoz

maimovimiento@gmail.com