

Programme : Danse thérapie

Module 1 : Les bases de la danse thérapie

Objectif : À 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

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

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

Objectif : À 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

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

Objectif : À 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

Module 4 : Techniques de respiration et de relaxation

Objectif : À 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

Module 5 : L'expression des émotions par le mouvement

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

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

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

Objectif : À 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

Module 7 : Techniques d'animation de groupe

Objectif : À 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

Module 8 : Adaptation des séances aux publics spécifiques

Objectif : À 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.

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

Objectif : À 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

Module 10 : Installation professionnelle

Objectif : À 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
