

Les Ateliers du soir



24 rue de Babylone et 8 Avenue de Villars 75007 Paris

49 rue du Ranelagh 75016 Paris

24 rue de Babylone et 8 avenue de Villars :

- Lundi : Yoga
- Mardi : Eveil Musical
- Jeudi : Cuisine
- Vendredi : Eveil Musical

49 rue du Ranelagh :

- Lundi : Eveil Musical
- Mardi : Cuisine
- Jeudi : Eveil Musical
- Vendredi : Yoga

Age: de 3 à 6 ans

Dates : du lundi 17 septembre 2018 au vendredi 21 juin 2019

Horaires : de 16h15 à 17h00

Effectif : 10 enfants (5 enfants inscrits minimum)

Tarif : 570 €

Il n'y a pas d'ateliers pendant les vacances scolaires.

La totalité du règlement est due lors de l'inscription.

A remettre, avec le fiche d'inscription, 2 chèques d'un montant de 285 €.

Le 1^{er} acompte sera encaissé lors de l'inscription et le 2^{ème} acompte, le 1^{er} décembre 2018.

YOGA :

Bouger en s'amusant, se détendre, éveiller ses sens.

A travers des mouvements de relaxation et des exercices de concentration, les enfants racontent des histoires ensemble.

Le corps en mouvement, l'imagination en éveil !

La séance s'articulera autour de 3 moments :

- Se relaxer (debout ou allongé). Sentir quelles parties du corps touchent le sol, respirer
- Bouger et imaginer, créer un conte tous ensemble
- A partir d'un cadre amené par le professeur, les enfants inventent et investissent le rôle de personnages, d'animaux, d'objets
- Eveiller ses sens grâce à des exercices collectifs qui font appel aux sens et à l'imagination

Les bienfaits du yoga pour les enfants :

- Développer force, souplesse et dynamisme
- Améliorer la concentration et l'attention
- Cultiver la confiance en soi et l'ouverture aux autres
- Encourager l'expression de la créativité
- Favoriser la relaxation et le sommeil

Grâce à une pratique régulière des postures et à l'apprentissage des respirations profondes, l'enfant acquiert une meilleure conscience de lui-même et confiance en lui.

EVEIL MUSICAL :

Cet atelier permet aux enfants de s'éveiller aux émotions, aux sens et à la musique par le jeu, l'écoute, l'imitation, le chant, le rythme corporel et instrumental, l'expression et le touché.

- Chants et mimes, rythme avec le corps, jeux avec de petits instruments de musique (percussions en tout genre, harmonica ...)
- Approche concrète des instruments par le touché pour approfondir la découverte.
- Improvisation, création d'instruments (shakers, bâton de pluie, mini djembé ...)
- Ecoute d'instruments et leur reconnaissance sonore et visuelle
- Savoir les classer par famille, écoute de musiques diverses pour s'ouvrir aux cultures et aux époques
- Ecoute de contes musicaux

CUISINE :

Les enfants auront le plaisir de réaliser des recettes salées ou sucrées et de les rapporter à la maison pour les déguster. Lors de cet atelier les enfants découvriront différents saveurs, textures et odeurs.

Ils emporteront la recette et pourront ainsi la refaire à la maison!

N'hésitez pas à nous contacter pour toute information complémentaire.