

MASSAGES À L'ECOLE

ASSOCIATION MISA FRANCE

PROJET PÉDAGOGIQUE



**INSTRUCTRICE MISA FRANCE
MASSAGE A L'ECOLE,
CENTRE DE LOISIRS OU EN FAMILLE
ELODIE GOUEDARD**



LE PROGRAMME MISP

MASSAGE IN SCHOOLS PROGRAM

**ATELIER DESTINÉ AUX ENFANTS
DE 4 À 12 ANS, À L'ÉCOLE,
CENTRE DE LOISIRS,
ACTIVITÉS PÉRISCOLAIRES, CRÈCHES**

L'OBJECTIF

Le programme contribue au bien-être des enfants à l'école, à l'apprentissage du respect de soi et des autres ainsi qu'au développement de la motricité. L'intention est d'améliorer la qualité de vie de l'enfant à l'école, en famille, avec ses camarades à travers un enchaînement de mouvements et de gestes de massage. Abordé de manière ludique, il est simple à mettre en place et à mémoriser.

LE DÉROULEMENT

Les mouvements sont appris dans les airs (pour les enfants qui le souhaitent), puis en binôme. Chaque enfant peut refaire les mouvements dans le dos, sur les bras ou la tête de son camarade.

Avant d'entrer en contact avec le camarade, il est demandé aux enfants de demander la permission de toucher l'autre et de le remercier à la fin de l'activité. Il est aussi demandé à chaque enfant de tenir compte du ressenti de son camarade et d'adapter la force, la pression et la position de ses mouvements afin que le contact soit agréable.

A tout moment, les enfants peuvent choisir de rentrer ou sortir de l'activité. Les enfants se massent entre eux sur les vêtements.

LES BIENFAITS

Les massages exercent un effet calmant et réduisent les niveaux de stress. Ils permettent de diminuer l'agressivité, d'améliorer la concentration des enfants, et de favoriser l'empathie. Il peut devenir un outil de gestion pour améliorer les relations entre les enfants ainsi que les relations enfants-adultes.

L'APPLICATION

- 15 mouvements simples et ludiques appelés "Routine"
- Ce procédé se déroule en 15 minutes une fois acquis
- Le massage se fait sur les vêtements
- L'instructeur guide les mouvements des enfants sans les masser

CONTACT

Elodie GOUEDARD | 06 62 28 43 00 | gouedardelo@hotmail.com
www.lesmassagesdelo.com