

סילבוס

קורס להכשרת מדריכי יוגה התפתחותית לילדים

תשפ"ז

- קורס להכשרת מדריכי 'יוגה התפתחותית לילדים' נובמבר 26- אפריל 27
- ב'סטודיו דארמה יוגה' ברחובות בהנחיית דודו חקימיאן מבכירי מורי היוגה בישראל.
- הקורס בהיקף של 136 ש"ל 22 מפגשים.
- הקורס יתקיים בימי רביעי בין השעות 10:30-14:45.
- קהל יעד: מורים ומדריכי יוגה, גננות, מורים, מדריכי תנועה, עובדי הוראה, מאבחנים, מטפלים.
- הקורס **מצולם ומוקלט** וזמין למשך 12 חודשים ממועד פתיחת הקורס.
- **הקורס מוכר לשנת שבתון**
- בסיום ההכשרה ועמידה בכל דרישות הקורס הפרונטלי תוענק לזכאים תעודת:

'מדריכ/ה מוסמכ/ת להוראת יוגה התפתחותית לילדים'

מוכרת על ידי ארגון מורי היוגה בישראל

הקורס זמין גם במתכונת אונליין לא-מסונכרנת, המאפשרת למידה בקצב אישי ובזמנים נוחים. המשתתפים במסלול זה זוכים לליווי צמוד של דודו חקימיאן, כולל פגישות אישיות מקוונות לחיזוק הידע לפי הצורך. משתתפי המסלול האונליין מקבלים תעודת השתתפות בקורס יוגה התפתחותית לילדים.

מטרות הקורס:

- לימוד הוראת יוגה התפתחותית לילדים בגילאי 3-12 במסגרות חינוכיות (גן/ בית ספר/ חוג) וככלי עזר טיפולי.
- לימוד תחומים נוספים במשתלבים בהוראת יוגה לילדים.
- לימוד כלים של הוראה תומכת בפתולוגיות שכיחות מעולם התפתחות הילדים (קשב וריכוז, חרדות, OCD, , דיכאון, וויסות חושי, וויסות רגשי ועוד)
- חקירה וגיבוש ההוראה דרך העצמה והתפתחות אישית.

***למשתתפים בעלי תעודת הוראה/ תעודת מטפל ממוסד רשמי/ מורה ליוגה מוסמך**

MEYOGI

כנסו לעולם של יוגה לכל המשפחה WWW.MEYOGI.CO.IL





תכני הקורס:

- העמקה התרגול האישי
- לימוד תנוחות ותרגולי יוגה מגוונים המעשירים את השפה החינוכית בהתאמה לגיל: גן/ ביה"ס.
- יוגה **SEL** – יוגה חווייתית בלמידה רגשית- חברתית
- הקניית כלים מעולם היוגה לשיפור יכולת ואיכויות הלמידה לילדי ביה"ס
- בניית מערכי שיעור ותכנית שנתית בהתאמה למסגרת החינוכית
- לימוד אנטומיה- פיזיולוגיה חווייתית המותאמת לגיל והתפתחות הילדים
- שילוב כלים יישומים בהוראת יוגה לילדים מעולם התנועה, קשיבות, תנועה מגע, דמיון מודרך, פיזיותרפיה, מוזיקה, סיפורים, דקלומים, קערות טיבטיות.
- סדנאות להוראת יוגה להורים וילדים, כלים יצירתיים וחשובים בוויסות הילדים בעולם תחרותי והישגי.

חובות הקורס:
נוכחות של 80% משעות הלימוד.
הגשת כל המטלות הנדרשות.

לפרטים והרשמה 055-6665391
דוא"ל: info@meyogi.co.il

תנאי תשלום

עלות הקורס 7,900 ש"ח

תשלום בכרטיס אשראי (עד 10 תשלומים ללא ריבית)/ העברה בנקאית/ ביט/ פייבוקס
5% הנחה על תשלום הסכום המלא
דמי הרשמה במועד הרישום: 790 ש"ח

תנאי ביטול:

עד 30 יום לפני תחילת הקורס: אין דמי ביטול
עד 15 יום לפני תחילת הקורס : 10% מסך המחיר
מ-15 יום למועד תחילת הקורס ואחריו: אין החזר

MEYOGI

כנסו לעולם של יוגה לכל המשפחה WWW.MEYOGI.CO.IL





תאריך מפגש	שעות	פרוט נושאים נלמדים
18.11.26	10:30-14:45	**יוגה והתפתחות מוטורית של הילד** • הכרות • המפגש המופלא בין העולם ההתפתחותי בגילאי 3-12 – קוגניטיבי, אנטומי פיזיולוגי, תנועתי, חברתי, רגשי ומחשבתי לבין עולם היוגה דרך תנוחות, רצפים תנועתיים ומשחק.
25.11.26	10:30-14:45	**יוגה והתפתחות מוטורית חלק 2**
2.12.26	10:30-14:45	**נשימה חלק א'** • הכרות מערכת הנשימה בהקשרים התפתחותיים • כלים וטכניקות להטמעה במסגרת הוראה וטיפול ככלי תומך למידה
9.12.26	10:30-14:45	**נשימה חלק ב'**
16.12.26	10:30-14:45	**יוגה וחושים- חלק א'** • חשיפה של 7 החושים דרכם הילד מגלה ולומד בעולם • השפעת תרגילי יוגה ואביזרים מגוונים על כל אחד מהחושים בוויסות העצמי והחברתי





תאריך מפגש	שעות	פרוט נושאים נלמדים
23.12.26	10:30-14:45	**יוגה וחושים- חלק ב'**
30.12.26	10:30-14:45	**מוח, למידה ויוגה** • השפעת תרגול היוגה על פעילות המוח • המוח הגמיש בגיל הרך • שילוב תרגילי יוגה בתהליכי הלמידה והשפעתם • בניית רצף תנועתי
6.1.27	10:30-14:45	**תנועה, יוגה ואביזרים לגיל הרך** • חשיבות התנועה בגיל הרך • שילוב אביזרים להגברת מוטיבציה, תכנון תנועה, תנועה במרחב האישי והכללי • רצפים מעולם היוגה בהתאמה לגיל הרך
13.1.27	10:30-14:45	**תנוחות יוגה לילדים- שלב 1** • לימוד 22 תנוחות יוגה לילדים שלב 1- מערכת כרטיסיות היוגה של מיוגי • תרגול + דקלום • התאמה לגיל • לימוד תנועה במרחב • תנוחה משלימה
20.1.27	10:30-14:45	**תנוחות יוגה לילדים- שלב 2**

כנסו לעולם של יוגה לכל המשפחה WWW.MEYOGI.CO.IL





תאריך מפגש	שעות	פרוט נושאים נלמדים
27.1.27	10:30-14:45	**רצפים תנועתיים** • עקרונות הרצף התנועתי • למידה והעמקה – 6 רצפים לילדים • חקירה ויצירת רצף תנועתי
3.2.27	10:30-14:45	**הרפיה ודמיון מודרך** • מעבר מודע ממצב של מאמץ לפעילות פאראסימפתטית • כלי לוויסות רגשי וקוגניטיבי • מרחב לעיבוד חווייתי של התרגול • בסיס לפיתוח דמיון, יצירתיות וביטוי עצמי
10.2.27	10:30-14:45	**בניית מערכי שיעור- חלק א'** • עקרונות ליבה בבניית מערכי שיעור • השפעות סביבתיות • תנאים להצלחה • התאמת מערך לגיל
17.2.27	10:30-14:45	**בניית מערכי שיעור- חלק ב'** • הכרת מבנה שיעור • גבולות וסדר • חלוקה קבוצות עבודה ובניית מערכים





תאריך מפגש	שעות	פרוט נושאים נלמדים
24.2.26	10:30-14:45	**בניית תכנית שנתית** • עקרונות ליבה בבניית תכנית • מבנה תכנית שנתית • התאמת התכנית לגיל • מטרות בבניית התכנית • גורמים משתנים המשפיעים על בניית תכנית **יוגה על כיסא** • השפעות ישיבה ממושכת • טכניקות תרגול יוגה על כיסא בכיתה/ בגן • חקירת התאמות תנוחות ורצפים מהמזרן לכיתה
3.3.27	10:30-14:45	**חינוך ויוגה- כלים שלובים** • הכרות עם מבנה מערכת החינוך • מהי יוגה SEL? • מהם דרכי ההוראה? • עקרונות שפת היוגה – פילוסופיה • איך מייצרים אינטגרציה בין חינוך ליוגה?
10.3.27	10:30-14:45	**משחקי יוגה לילדים** • עקרונות המשחק ההתפתחותי • הגדרת מטרות במשחק • מגוון משחקי יוגה לילדים בהתאמה לגיל
17.3.27	10:30-14:45	**יוגה להורים וילדים** • הורות במאה ה-21 • מה ילדים צריכים? • עקרונות ליבה בפעילות הורה וילד • מבנה פעילות הורה וילד- תנוחות, נשימה, רצפים תנועתיים, הרפיה, מגע ומשחק





תאריך מפגש	שעות	פרוט נושאים נלמדים
מפגש אונליין בזום **יום ראשון** 21.3.27	10:30-14:45	**יוגה- למידה מרחוק** • התאמת התרגול לילדים בלמידה מרחוק • יצירת חוויה ממרחק • יצירת קשרים חברתיים מרחוק
31.3.27	10:30-14:45	**מהלכה למעשה: הקמה וניהול פעילות יוגה לילדים** • היבטים עסקיים ופיננסיים בהפעלת חוגי יוגה לילדים (ניהול, הנה"ח, תמחור) • אסטרטגיות שיווק ובניית מותג אישי בתחום היוגה לילדים • עבודה מול מערכת החינוך, רשויות ומוסדות ציבוריים • ציוד מקצועי נלווה והיערכות לוגיסטית לפעילות • היבטים משפטיים וביטוחיים בהדרכת ילדים
7.4.27	8:30-13:00	**יום העשרה בבית ספר כרמים ראשל"צ** מפגש העשרה בבית ספר הכולל: • התנסות בתרגול יוגה בכיתות • צפייה בפעילות בהנחיית דודו חקימיאן • שיחה עם מנהלת וצוות בית הספר
2.6.27	**בשעות הערב**	**מפגש סיום- חלוקת תעודות**





רשימת ביבליוגרפיה

ספרי יוגה ויוגה לילדים

- יוגה סוטרה של פטנג'לי
- אור על היוגה / ב.ק.ס. איינגר
- בנשימה אחת/ פרייה הארט
- המנדלה שלי/ מיכל בוקר
- יוגה בשילוב תנועה, צליל וצבע/ דר' אודי בילו
- יוגה לי ולך ולגיל הרך/ רות אהרוני
- אבא שלי הוא בייגלה/ ברון בפטיסט
- בבר יוגה לפילים/ לורן דה ברונהוף
- מדיטציות קסומות להורה וילד/ מיכל בוקר

- YOGA THERAPY FOR CHILDREN WITH AUTISM & SPECIAL NEEDS / LOUISE GOLDBERG
- YOGA FOR CHILDREN / RAJIV CHANCHANI&SWATI
- YOGA FOR CHILDREN / MARY STUART & KATHY PHLLIPS
- YOGA FOR SPECIAL CHILD / SONIA SUMAR

ספרי תנועה והתפתחות ילדים

- יציבה ותנועה / דר' גיל זולברג
- נעים ולומדים/ דר' אלה שובל
- חושים ומפגשים / סמדר כרמון ונועה לויאן- אלול
- על ילדים, חושים ותנועה/ דיל, ד. הוצאת תל"י
- ילד רגיש מאוד/ דר' אליין ארון. הוצאת פוקוס

