

FORMACIÓN

Docentes/Educadores

TEACHER TRAINING

YOGA

INFANTIL y ADOLESCENTES



CERTIFICADO por
la YOGA ALLIANCE



CERTIFICADO por el
Proyecto Educativo SuperAbuela

Curso 2021-22

- **Dirigida por Cristina Bermúdez Arbelo**
Psicóloga, profesora de yoga, actriz y directora del Proyecto SuperAbuela
- **9 módulos impartidos de noviembre a julio**
- **Dos formatos a elegir: 1. Presencial 2. ONLINE en VIVO**
- **Duración: 95 horas**

¡PLAZAS LIMITADAS!

Contacto:

+34 696 741 148

formacion@superabuela.com

www.superabuela.com



**RESERVA
TU PLAZA
AQUÍ**



Una formación que nos permite profundizar en la práctica de Yoga y meditación adaptada a la infancia y a la adolescencia, con una metodología situada en el marco de las inteligencias múltiples y la disciplina positiva, fundamentado en una sólida base teórica neurocientífica.

Recursos prácticos que además sirven para el trabajo personal del propio docente a nivel físico, mental y emocional, así como un maravilloso vehículo de transmisión dinámico y atractivo adaptado al proceso evolutivo de la infancia a la adolescencia.

¿A quién va dirigida?

A docentes, educadores, psicólogos, profesores de educación física, profesores de yoga...

En general a profesionales de la educación, la salud o el ámbito social relacionado con la infancia y la adolescencia, que deseen una aproximación práctica y lúdica a técnicas de yoga como las posturas, relajación, respiración y concentración adaptadas a dicho periodo evolutivo.

También puede resultar interesante a cualquier persona que esté relacionada personalmente con el mundo de la infancia, como madres y padres, que deseen conocer recursos derivados del yoga con un planteamiento en el marco de las inteligencias múltiples y la disciplina positiva, para disfrutar en familia, entrenando herramientas útiles para toda la vida.

¿Qué te llevarás?

Al finalizar la formación cumpliendo todos los requisitos, te llevarás:

- Conocimientos teóricos y prácticos para impartir clases de yoga a niños y a adolescentes.
- Un abanico de recursos para diseñar clases de yoga variadas, adaptándolas a diferentes etapas de desarrollo, en el entorno escolar y en familia...
- Una metodología de enseñanza y de gestión de grupos en el marco de las inteligencias múltiples y la disciplina positiva.
- Gran variedad de recursos prácticos y lúdicos para el desarrollo de la relajación, concentración, autoconocimiento... dirigidos a la integración multisensorial.
- Conocimientos sobre la profundidad del material de SuperAbuela en el ámbito del yoga infantil.
- Recursos prácticos para desarrollar tu propia inteligencia emocional y tu práctica de yoga y meditación.
- Un acercamiento a las bases neurocientíficas del aprendizaje.
- Conocimientos básicos de la medicina ayurveda.
- Nociones básicas de anatomía aplicada al Yoga en la infancia.
- Sensación de conocer más a tu niña interior.
- **Certificado de la Yoga Alliance como profesor de Yoga infantil y adolescentes, y Certificado del Proyecto Educativo SuperAbuela.**



Calendario y Cronograma de contenidos

Se imparte entre noviembre 2021 y julio 2022. Un fin de semana al mes.

- De noviembre a enero: la tarde del viernes (3 horas) y el sábado completo (9 horas).

- De febrero a julio: un sábado completo (10 horas) al mes.

2021

5 y 6 nov : Presentación. Introducción a la Neuroeducación. Mindfulness.

10 y 11 dic : Bases Metodológicas I. Docentes como metodología.

2022

14 y 15 ene : Bases Metodológicas II. Gestión de Grupos en positivo

12 feb : Yoga adaptado al S.XXI. Bases del Ayurveda

12 mar : Asanas y relajación aplicada a la infancia 3-6 años y 7-11 años

3 abr : El juego en Yoga. Principios de Anatomía dirigido a la infancia.

14 may : Yoga en el Aula Escolar. Cómo programar una clase de yoga infantil.

11 jun : Asanas II. Adaptadas a adolescentes. Cómo programar clases de yoga para adolescentes.

2 jul : Presentación Trabajo final. Ser profesor de yoga. Cierre

Formación dirigida por:

Cristina Bermúdez Arbelo es Psicóloga nº col. 1619, formada en Terapia Gestalt, Profesora de Yoga especializada en infancia y adolescencia, Actriz con especialidad en Interpretación Gestual por la RESAD.

Desde 2014 forma a profesores de Yoga Infantil con certificación avalada por la Yoga Alliance. Es también la creadora de la formación “Emoción y Creatividad con SuperAbuela y su didáctica en el aula” que se imparte en la plataforma de Cursos de Extensión universitaria en la ULPGC, compuesta por 3 módulos que suman 105 horas.

Cristina es co-creadora y Directora del Proyecto artístico y educativo SuperAbuela (dirigido al desarrollo de la inteligencia emocional, la creatividad y los hábitos saludables). Es la letrista de los temas musicales y genera los contenidos de los audiovisuales, conciertos, cartas... y por último, un secreto: es la actriz que encarna a este entrañable personaje.

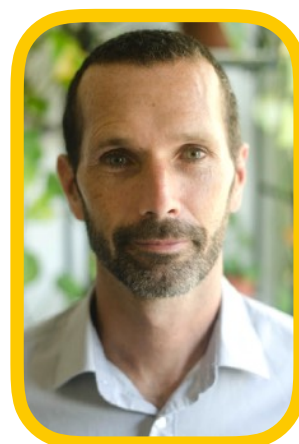


Docentes colaboradores

Dr. Alfredo González Quintana

Fundador del estudio “El Faro Mindfulness”. Doctor por la ULPGC especializado en salud, bienestar y actividad física, investigación en Mindfulness. Licenciado en Educación Física. Máster en Alto rendimiento por el COE y UAM. Instructor acreditado TDI para impartir el programa MBSR de Universidad de Massachusetts, Instituto Mindfulness España. Instructor cualificado de Mindfulness para niños.

<http://mbsrcanarias.org>



Lars Granjot

Cofundador del estudio Bebright Movement Therapy. Fisioterapeuta, entrenador personal y rehabilitador funcional. En su trayectoria se ha especializado en el análisis de la pisada. Es el creador del método “Blackboard.”

<http://bebrightmovement.com>

Daniel Negrín

Cocreador del Proyecto Artístico y Educativo SuperAbuela. Músico multiinstrumentista, compositor, productor musical y audiovisual. Economista. Ha desarrollado espectáculos como “Alquimia”, “El Universo Humano Ciencia y Arte” y “Sueños”. Ha publicado un disco: “Alquimia”. Imparte talleres de música para los sentidos, dirigido a adultos, niños y adolescentes.

<https://danielnegrin.com>





Isabel Moreno

Profesora de Terapias Complementarias en la Escuela Begoña Ferrero los últimos 20 años. Masajista del Linares FC de segunda categoría durante 5 años. Terapeuta Ayurveda por la Universidad Europea de Ayurveda.

<http://www.cfmf.es>

Víctor Bastón

Director del CEIP Asturias Las Palmas.

Uno de los centros públicos referentes en Gran Canaria por su transformación, dirigida a la introducción de una metodología al servicio de fomentar en el alumnado la motivación intrínseca por el aprendizaje, el respeto y la educación emocional.



Ivana Campos

Miembro del equipo directivo del CEIP Asturias Las Palmas de Gran Canarias, maestra de inglés y profesora de Yoga Infantil. Desde 2015 integra, con efectivos resultados, la práctica de yoga en los grupos de primaria durante el horario escolar.

Formatos

Puedes realizar esta formación en dos formatos.

Tú eliges cual se adapta mejor a tus necesidades:

1. **FORMATO PRESENCIAL** : Se imparte en Las Palmas de Gran Canaria. Siguiendo las medidas de protocolo COVID. Son plazas limitadas.

2. **FORMATO ONLINE SINCRÓNICO (en vivo)**: Puedes realizarlo desde cualquier parte del mundo, siguiendo las clases online en vivo.

Certificación

La Formación está avalada por la **Yoga Alliance**, contando con un amplio reconocimiento internacional.

Por primera vez y de forma excepcional, debido a la situación provocada por el COVID, la Yoga Alliance avala también la formación en formato online en VIVO.

Por lo que tanto, **al finalizar tanto la formación presencial como la online en vivo, se entrega la certificación avalada por la Yoga Alliance, y la certificación del Proyecto Educativo SuperAbuela.**

Requisitos para obtener la certificación

Para obtener la certificación es indispensable cumplir con los siguientes requisitos:

- **Asistir** de manera presencial u online en vivo a las clases.
- **Practicar** yoga y meditación de manera regular a lo largo del periodo de la formación (mínimo 1 vez por semana). Para las personas que no estén familiarizadas con la práctica de yoga, les orientaremos.
- Realización y entrega de **trabajo de final** de formación

Tarifa

El coste es de **1.100€**.

Tarifa especial pronto pago : 950€

Para las personas que realicen el pago completo antes del 15 de septiembre.

Tarifa especial de antiguos alumnos 950€

Puedes beneficiarte de este descuento si ya has realizado alguna formación anterior con Cristina, como la “Introducción al Yoga para Gestión emocional” 16horas o “Emoción y Creatividad con SuperAbuela y su didáctica en el aula” 105 horas.

Tarifa especial estudiantes y desempleados: 950€

Reserva de plaza

Son grupos reducidos y plazas limitadas, por lo que en cuanto lo tengas claro ¡reserva tu plaza!

¿Deseas más información o conocer la opinión de antiguos alumnos que han finalizado la formación?

[+ info](#)

[RESERVA
TU PLAZA
AQUÍ](#)

