

FORMACIÓN

Docentes/Educadores

Introducción al YOGA INFANTIL para la GESTIÓN EMOCIONAL



CERTIFICADO por el
Proyecto Educativo SuperAbuela

- **Dirigida por Cristina Bermúdez Arbelo**
Psicóloga, profesora de yoga, actriz y directora del Proyecto SuperAbuela
- **Formatos a elegir: Presencial u ONLINE en VIVO**
- **Duración: 16 horas en un fin de semana (sábado y domingo)**

¡PLAZAS LIMITADAS!

Contacto:

+34 696 741 148

formacion@superabuela.com

www.superabuela.com



**RESERVA
TU PLAZA
AQUÍ**



¿A quién va dirigido?

A personas que deseen iniciarse en el mundo del yoga infantil y la educación emocional mediante la metodología de SuperAbuela enfocada a la integración multisensorial, en el marco de las inteligencias múltiples y la disciplina positiva.

A docentes, educadores, psicólogos y profesores de yoga o educación física en el ámbito de primaria e infantil. En general a profesionales de la educación, la salud o el ámbito social relacionado con la infancia, que deseen una aproximación práctica y lúdica a técnicas de relajación, respiración, gestión emocional y autoconocimiento en el marco de las inteligencias múltiples. A madres y padres o cualquier persona que desee conocer dinámicas, juegos, canciones.. para disfrutar en familia explorando el mundo emocional y descubriendo herramientas útiles para toda la vida.

¿Qué te llevarás?

- Libro de apuntes teórico- práctico, con los contenidos del taller y material extra complementario.
- Conocimiento de los **principios de función y gestión de emociones**.
- Experimentar técnicas de relajación, concentración, respiración dirigidas a la **gestión emocional y el autoconocimiento**, adaptadas a la infancia (3-11 años) y aplicables en el aula y en familia.
- Recursos **lúdicos y sencillos** dirigidos a la práctica de yoga, el desarrollo de la consciencia corporal y la alineación adaptados a la infancia.
- Pautas básicas para **gestionar un grupo en positivo**.
- Recursos básicos para **dar una clase de yoga para niños**.



¿Quién lo imparte?

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.



Horario

Sábado y domingo de 9h a 13:30h y 15h a 18:30h.

Tarifa

El coste es de **175€**. Incluye todo el material.

Tarifa especial para antiguos alumnos de Cristina: **150€**

Sigue formándote

Esta formación es una introducción al “Yoga Infantil para el desarrollo de la Inteligencia Emocional” de 165 horas. Realizando la introducción de 16 horas, podrás beneficiarte del descuento de 150€ de antiguo alumno en la formación de 165 horas.

INSCRÍBETE

Son grupos reducidos y plazas limitadas.

**RESERVA
TU PLAZA
AQUÍ**

¿Deseas más información
o conocer la opinión de
antiguos alumnos que han
realizado alguna formación
con Cristina?

+ info

