

Intégrer la relaxation ludique dans ses pratiques éducatives et/ou de soutien auprès d'enfants

RS7530 · RS · Publiée

L'essentiel

Code(s) NSF	330t
Formacode(s)	14449, 44024
Type d'enregistrement	Enregistrement sur demande
Date d'enregistrement	27/02/2026
Date d'échéance	27/02/2028

Certificateur(s)

FORMAQUIETUDE · SIRET : 83402926600014

Résumé de la certification

OBJECTIFS ET CONTEXTE

La relaxation ludique est une approche qui combine le jeu et la détente pour favoriser le bien-être physique et mental des enfants. Elle permet aux enfants de se détendre, de gérer le stress et leurs émotions tout en s'amusant. Cette méthode intègre des jeux et des activités amusantes qui leur permettent de se divertir tout en apprenant à se relaxer. Cette méthode peut s'adapter à différents âges, de la petite enfance à l'adolescence.

Cette certification s'adresse aux professionnels œuvrant quotidiennement auprès des enfants, tels que les agents territoriaux (ATSEM, animateurs éducateurs de jeunes enfants), les animateurs périscolaires, les professeurs des écoles ainsi qu'à ceux exerçant dans le domaine de la relation d'aide autour des enfants, notamment les sophrologues.

Ces professionnels, engagés dans des programmes éducatifs et/ou de soutien, sont fréquemment confrontés à des situations complexes et à des blocages émotionnels chez les enfants, pouvant entraver la mise en œuvre et l'efficacité de leurs interventions. La relaxation ludique se révèle être une réponse possible.

COMPÉTENCES ATTESTÉES

Définir la contribution de la relaxation ludique pour les enfants en situation difficile lors d'un programme d'accompagnement éducatif et/ou de soutien, en s'appuyant sur les observations ou informations collectées (contexte de vie de l'enfant, comportements, réactions et émotions exprimées de l'enfant...) afin de s'assurer de son utilité.

Définir des objectifs concrets (réduction du stress, mise en confiance, gestion de timidité, blocage, d'expression de colère...), par rapport à l'utilisation des techniques de relaxation ludique de l'enfant, dans un contexte précis et préalablement analysé, afin d'identifier les techniques de relaxation ludiques les plus appropriées.

Intégrer dans son programme éducatif et/ou de soutien (individuel ou collectif), un protocole de séances de relaxation ludique, en réponse aux situations vécues, aux difficultés rencontrées et aux besoins de l'enfant et de ses préférences afin d'apporter une approche différente de ses pratiques professionnelles habituelles et optimiser les bénéfices pour l'enfant.

Concevoir les différentes séances de relaxation ludique selon l'enchaînement prévu, en choisissant les techniques, les outils et les exercices adaptés aux besoins de l'enfant, y compris son éventuelle situation de handicap, et en fonction des contraintes et ressources disponibles (type d'espace, disposition de la pièce, équipement disponible, durabilité des outils/matériels...), afin d'apporter une réponse aux difficultés rencontrées lors du déroulé du programme éducatif et/ou de soutien.

Animer les différentes séances de relaxation ludique conformément au protocole prévu et en respect des normes d'hygiène et de sécurité, en mobilisant les techniques, outils et exercices sélectionnés, tout en les ajustant en fonction des besoins et réactions des enfants, y compris la prise en compte de leurs éventuelles situations de

handicap afin de contribuer à lever leurs blocages liés aux situations difficiles et de permettre la poursuite du programme éducatif et/ou de soutien dans des conditions optimales.

Voies d'accès

PRÉREQUIS À L'ENTRÉE EN FORMATION

Avoir au minimum un niveau 3 (type CAP) et/ou avoir une expérience (accueil, encadrement, éducation...) auprès d'enfants d'au moins 2 ans

Rencontrer des défis dans la gestion des enfants en situation difficile dans le cadre de sa pratique professionnelle actuelle

COMPOSITION DU JURY — FORMATION CONTINUE

Deux personnes sont désignées pour représenter le jury de délivrance de la certification :

- Un représentant de l'organisme certificateur
- Un professionnel extérieur au certificateur (président du jury)

Base légale

Date de décision	27/02/2026
Durée de l'enregistrement	2 ans
Date d'échéance de l'enregistrement	27/02/2028
Date de dernière délivrance possible	26/08/2028

Pour plus d'informations

LIEN VERS LE DESCRIPTIF

Formation - Intégrer la relaxation ludique dans les programmes éducatifs et/ou de soutien pour les enfants en situations difficiles - FormaQuietude

Fiche officielle (France Compétences)

<https://www.francecompetences.fr/recherche/rs/7530/>

Où se former

Formations référencées	1
Organismes	1
Régions couvertes	0
Prix indicatif	1 500 €

Offre de formation — MonCompteFormation (Caisse des Dépôts), licence ouverte.

Entrées et sorties de formation

Entrées en formation	18
Parcours menés à terme	9
Taux d'achèvement	50 %
Période	05/2026 – 09/2026

Entrées et sorties — Caisse des Dépôts (open data), tous organismes confondus.

Demande CPF — formations engagées

Dossiers CPF engagés	31
Montant total engagé	46 500 €
Coût moyen par dossier	1 500 €
Durée moyenne	42 h
Période	03/2026 – 09/2026
France compétences	96 %
Reste à charge titulaire	4 %

Formations engagées via le CPF — Caisse des Dépôts (open data), tous organismes confondus.