

# MULTI'MOUV : Techniques Pédagogiques pour le Renforcement des Capacités de Lecture, de Concentration et de Mémoire

## Financement

Formation professionnelle continue  
Non conventionnée / sans dispositif

## Organisme responsable et contact

L'EQUIPAGE EN +  
Caroline Lubin  
05.46.75.36.51  
caroline@lequipageenplus.fr

## Accès à la formation

### Publics visés :

Demandeur d'emploi  
Jeune de moins de 26 ans  
Personne handicapée  
Salarié(e)  
Actif(ve) non salarié(e)

### Sélection :

Entretien

### Niveau d'entrée requis :

Sans niveau spécifique

### Conditions d'accès :

Niveau 1 : Sur entretien Niveau 2 : Avoir suivi le niveau 1

### Prérequis pédagogiques :

Non renseigné

### Contrat de professionnalisation possible ?

Non

## Objectif de la formation

Formation modulaire (sur 2 niveaux : Initiation et Professionnalisation) à destination des professionnels concernés par les apprentissages fondamentaux, et leurs difficultés, ou leur consolidation (chez les plus jeunes, comme chez les adultes et les seniors). Renforcement des performances cognitives : lecture, concentration, mémoire de travail, de coordination. Chez les enfants : Préparation dans l'entrée des apprentissages et/ou développement de leurs compétences Chez les adultes : Renforcement et développement des compétences Chez les seniors : Prévention des maladies neuro-dégénératives et retardement du déclin cognitif dû à la vieillesse

## Contenu et modalités d'organisation

Niveau 1 : Initiation Accueil et cohésion du groupe L'importance du rythme dans l'apprentissage Les piliers du programme Multi' Mouv Etudes sur le mouvement, le rythme, la proprioception, l'entraînement visuel Les secrets de l'apprentissage, et la structure des exercices. Les étapes d'entrée dans la pratique et l'importance de la progression : présentation et échange. L'importance de la latéralité dans l'apprentissage Coordination - Equilibre - Proprioception Le stress, le développement neuronal, et le mouvement Le corps en mouvement dans l'espace Mise en application Niveau 2 : Professionnalisation Passage en revue des 60 exercices Multi Mouv' Observer et déterminer les difficultés d'un apprenant, et trouver des solutions pour l'aider à avancer Jeu de rôle : présenter le programme Multi' Mouv dans le cadre professionnel Mise en pratique : animation d'un atelier / d'une séance complète Retours et analyses de pratiques Création et intégration de nouveaux exercices Réaliser des pauses attentionnelles Accompagner et favoriser la concentration, la coordination, la cohésion Débriefing, échanges et questions/réponses

Durées de la formation \*28h en cours du jour  
Parcours de formation personnalisable ? Oui Type de parcours Non renseigné

## Validation(s) Visée(s)

> Attestation de fin de formation

## Et après ?

Suite de parcours

Non renseigné

## Calendrier des sessions

Numéro Carif	Dates de formation	Ville	Organisme de formation	Type d'entrée	CPF	Modalités
00423203	du 01/01/2024 au 31/12/2024	(17)	L'EQUIPAGE EN +		Non éligible	FPC