

Yogi Mouv

2015 - fiche modifiée le 29 novembre 2017

Approche ludique du yoga pour enfants et adultes créée avec des enfants, spécialement conçue pour être utilisée comme outil pédagogique et thérapeutique.

Support	Jeu de table
Âge du public	A partir de 5 ans
Thèmes associés à cet outil	Activité physique, Corps, Compétences psychosociales, Vivre ensemble
Obtention	Acquisition
Participants	Inconnu
Prix	120,00 €
Consultable chez PIPSA	Oui (réf. 1AP-JTA-002-YOG)



Sur l'outil

Description selon l'éditeur

Matériel :

- 1 plateau
- 1 sac contenant 13 objets
- 2 sacs contenant 264 cartes (126 bleues, 33 oranges, 28 vertes, 77 violettes)
- 1 sablier
- 1 sac contenant 8 pions de couleur et un dé
- 1 règle du jeu
- 1 sac de gemmes (J'aime)
- 1 livret détaillé des postures
- Le Guide du Maître Yogi (outil pédagogique, outil thérapeutique)

[Description du jeu](#) (site de l'éditeur)

[Vidéo](#) (extrait d'une partie)

Concept :

YogiMouv est un jeu pour enfants, adolescents et adultes, créé avec des jeunes. Chaque partie est une expérience enrichissante qui transmet une aisance corporelle grâce aux postures de Yoga et développe au travers de mini-jeux, l'imaginaire, l'attention, le langage, et la relation avec autrui.

C'est un support dynamique, et modulable en fonction de l'âge, des capacités des joueurs, des compétences et objectifs visés (réveiller l'énergie, relâcher les tensions, communiquer autrement...).

C'est une approche ludique du Yoga à utiliser comme support de cours de Yoga pour enfant, comme outil pour une médiation thérapeutique ou comme outil en classe maternelle, élémentaire et collège.

Yogi Mouv :

- [comme outil pédagogique](#)

- [comme outil thérapeutique](#)

Objectifs

- Une prise de conscience corporelle grâce au développement de la connaissance du corps propre et celui d'autrui (schéma corporel, image du corps, proprioception...)
- Un travail sur les appuis et l'équilibre
- Une prise de conscience du souffle
- Améliorer la concentration, focaliser l'attention

- Développer les capacités de "lâcher-prise"
- Apprentissage des limites (jeu de société avec des règles) et du "vivre ensemble"

Conseils d'utilisation

Public destinataire :

- Professions paramédicales : kinésithérapeute, psychomotricien, psychologue, infirmier...
- Educateurs
- Professeurs de Yoga et/ou enseignants de techniques similaires : Tai-chi, Pilate, Qi gong, stretching, gymnastique douce, expression corporelle, relaxation...
- Enseignants : professeur de sport, professeur des écoles, professeur spécialisé...
- Animateurs pour groupe d'enfants de 4 à 12 ans ayant des connaissances de base en yoga
- Professeurs de théâtre
- Public averti : sensibilisé ou pratiquant le yoga

Bon à savoir

Les créatrices du jeu :

- Émilie Top Labonne, Professeur de Yoga enfants (formée par le RYE - Recherche du Yoga dans l'Éducation-), adultes (Efyse, école française de yoga du sud-est) et Professeur des écoles
- Nathalie Boussoco-Schittly, Psychomotricienne, pratiquante de Stretching puis de yoga.

Jeu validé par le [RYE Recherche sur le Yoga dans l'Éducation](#), association agréée par le ministère français de l'éducation nationale.

NB : Une édition mise à jour a été publiée. Nous l'examinerons pour signaler les modifications introduites (janvier 2019)

Où trouver l'outil

Chez l'éditeur :

Yogi Mouv
196, boulevard de la Bayounette
83640 - Plan d'Aups sainte Baume
France
+33 (0)6 35 38 78 75 - YogiMouv2015@gmail.com
<http://www.yogimouv.fr>

Dans les centres de prêt :

Centre local de promotion de la santé de Huy-Waremme
+32 (0)85 25 34 74 - info@clps-hw.be
<http://www.clps-hw.be>

L'avis de PIPSA

Appréciation globale :

Cet outil original fournit l'opportunité d'introduire le yoga à l'école. Il demande toutefois un utilisateur initié au yoga, capable de corriger les postures, ce qui limite ses possibilités d'utilisation.

La thématique de l'outil s'inscrit avec pertinence dans les préoccupations actuelles (méditation, travail sur soi, ...). Il fait le lien avec le programme scolaire français et les compétences visées selon les âges.

La diversité et la richesse des activités proposées contribuent à maintenir l'attention des enfants. La participation est sollicitée et les règles de vie au sein du groupe rappelées.

Les débats à partir des phrases philosophiques complexes demandent des compétences pour le mener avec les enfants. Dommage que les règles du jeu proposent de récompenser celui qui parle le mieux. Les notions de valeur, mérite, effort, compétition sont souvent évoquées voire mise "en jeu" par l'attribution d'une récompense. Dans le même ordre d'idées, le sablier pourrait ne pas être utilisé (ça développe du stress, et donc incohérent par rapport à la philosophie du yoga) : la variante coopérative telle que proposée dans les règles du jeu semble préférable.

Le guide pédagogique demanderait une structuration graphique pour faciliter l'appropriation du contenu et "donner envie" d'utiliser l'outil. On passe à côté d'informations importantes car insuffisamment mises en valeur. Se référer aux vidéos explicites, sur le site du promoteur.

La procédure d'évaluation proposée est intéressante car elle fait du lien avec la vie des enfants.

Le coût important de l'outil constitue un frein à son accessibilité.

Objectifs :

- Développer la conscience de son corps
- Développer la maîtrise de postures de yoga
- Apprendre à respirer dans la détente
- Renforcer l'attention et la concentration

Public cible :

7-12 ans

Utilisation conseillée :

- Trier les cartes en fonction du public (cfr mode d'emploi). Bien lire le guide pour sérier les activités et le public.
- Prévoir un échauffement des enfants, il n'est pas prévu par le jeu
- Adapter les "phrases-débat" à la réalité des enfants et leur vécu.
- Adapter le vocabulaire des règles de vie (p 8) au niveau de langage des enfants.

Critères d'évaluation :

Cohérent ★★☆☆☆
Attractif ★★★★★
Interactif ★★★★★
Soutenant pour l'utilisateur ★★★★★
Soutenant pour la prom. de la santé ★★☆☆☆

Temps de préparation :



Points forts :

Le ludique permet de donner une place au corps en jeu et en mouvement à l'école.

Points d'attention :

Nécessite un(e) « maître yogi ».

Sujets abordés :

Corps, compétences psychosociales, respiration, concentration.

Complémentarité :

[Yogi Mouv : Le Loto](#) pour familiariser avec les postures et [100 jeux avec Namasté](#).

Date de l'avis : 07 novembre 2017

L'avis des utilisateurs

Attention, vigilance et mindfulness ★★★★★

publié le 06 janvier 2018 à 18h48 par Visiteur

Un jeu corporel avec plusieurs activités mobilisant la vigilance et travaillant l'attention. Une approche ludique de la pleine conscience (mindfulness) avec des respirations très simples. Accessible à tous professionnels sans formation préalable de yoga. Très apprécié lors de mes animations avec les jeunes.

Outil modulable pour un travail corporel ★★★★★

publié le 18 décembre 2017 à 10h24 par Visiteur

De prise en main un peu longue, cet outil est modulable à souhait en fonction du public visé, que ce soit en duo ou en groupe. La prix élevé au premier abord se trouve justifié. Seul bémol, l'extension du loto reste trop cher et plus spécifique, il me semble, aux partiquants de Yoga.

Les adolescents et le corps ★★★★★

publié le 13 décembre 2017 à 19h12 par Visiteur

Un outil très ludique pour aborder le corps chez les adolescents et ouvrir le dialogue sur le vivre ensemble.

Sa variante coopérative est un plus.

Compétences psycho-sociales et approche corporelle ★★★★★

publié le 12 décembre 2017 à 16h50 par Visiteur

Avec sa variante coopérative, cet outil est une bonne base pour travailler les compétences psychosociales (notamment communication, conscience de soi et des autres, gestion du stress). Il permet une approche ludique, mettant en mouvement le corps et l'esprit.

<https://www.pipsa.be/outils/export-2139614054/yogi-mouv.html?export>

29-09-2020 15:35