



# PROCEDURE d'EVALUATION

## 200 & 300 Heures de formation

Les fondements d'une pratique fluide

Admission et Evaluation

Un programme qui vient du coeur



## PROCEDURES D'EVALUATION 200h & 300h

La formation de 200 heures est composée de 7 modules de formation de 3 jours et d'une retraite de 5 jours pour la certification finale.

La formation 300 heures est composée de 7 modules de formation de 3 jours, d'une retraite de 5 jours et 2 Retraites de 5 jours, plus un examen complémentaire pour la certification finale.

La procédure d'évaluation globale comprend différents éléments qui totalisent 818 points pour la formation 200h et 1160 points pour la formation 300h.

Ce total est rapporté à un pourcentage de 100%. Le candidat est reçu s'il obtient un total minimum de 75%.

Les évaluations portent sur du travail personnel hors centre de formation et encadré en formation, des exercices pratiques et des écrits :

<b>Travail personnel en contrôle continu :</b>	<b>Formation 200H</b>	<b>300H</b>
- <b>Auto-évaluation</b> tout au long de la formation	.....	.....
- <b>Étude de livres</b>	100 points	160 points
- <b>Conduite de séances</b> (vidéos et écrits)	300 points	300 points
<i>Examen final lors de la retraite :</i>		
- <b>Examen pratique</b> (cours de 20 mn)	100 points	100 points
- <b>Examen écrit</b>	318 points	500 points
- <b>Entretien individuel</b>	.....	.....
- <b>Sadhana Personnel</b>	.....	100 points

SAS Shiva Shakti Training - Viclaire 73640 Sainte Foy Tarentaise - SIREN 829 426 220 -  
Déclaration d'activité de formation auprès de la DIRECCT 84 73 01938 73

(un thème sur un thème décidé entre formateur et élève)

**Total : 818 points      1160 points**

Min 613 points soit 75% pour être certifié en 200H et 870 points soit 75% pour être certifié en 300h

### **3/ TRAVAIL PERSONNEL**

#### **AUTO-EVALUATION EN CONTROLE CONTINU**

Chaque stagiaire se voit remettre un livret d'accueil qui comprend des grilles d'auto-évaluation qu'il renseigne à l'issue de chaque module. Les grilles sont construites autour des principaux objectifs pédagogiques et connaissances abordés pour chaque module. L'échelle de valeur est croissante, de la compétence non acquise (1) à sa maîtrise (8). Cette partie de l'évaluation est basée sur un travail individuel et autonome et n'est pas noté.

Des devoirs sont donnés à l'issue de chaque module afin d'aider l'élève à intégrer les connaissances abordées. À tout moment l'élève a la possibilité de contacter le professeur pour poser des questions et demander conseil.

Le formateur va confirmer ou infirmer l'auto-évaluation du stagiaire, en fonction de sa propre observation et de l'avis de l'ensemble de l'équipe pédagogique. Un entretien individuel est laissé à l'appréciation du responsable pédagogique s'il le juge nécessaire. Le stagiaire peut également être à l'initiative de la demande d'entretien s'il en ressent le besoin.

#### **ETUDE DE LIVRES / 100 POINTS**

Fournir 5 fiches de lecture de 1000 caractères parmi une bibliographie fournie à l'inscription (fiche de lecture selon critères donnés). Ces résumés doivent être rendu avant la retraite finale. Chaque revue de livre reçoit un total de 20 points. 8 fiches de lecture pour le parcours 300 heures du coup 160 points possible.

#### **ANIMATION DE 2 SÉQUENCES DE YOGA / 300 POINTS**

2 séquences vidéos de 20 minutes sont demandées sur le thème lunaire et solaire. Ces séquences doivent respecter les 6 points de la méthodologie ShivaShakti étudiée tout au long de l'année.

Un croquis / plan de chaque séquence doit être présenté au formateur principal pendant le week-end de formation de décembre et finalisé pendant le week-end de formation en janvier. Ces croquis doivent clairement montrer que la méthodologie ShivaShakti est respectée, que l'enchaînement des postures est fluide, que le Maha Mudra est bien préparé et que la séquence ne représente aucun danger pour

*SAS Shiva Shakti Training - Viclaire 73640 Sainte Foy Tarentaise - SIREN 829 426 220 -  
Déclaration d'activité de formation auprès de la DIRECCT 84 73 01938 73*

les élèves.

Les séquences vidéos doivent être rendues au milieu de la formation afin d'être évaluées pour que le formateur puisse faire d'éventuels retours et ajustements avant l'examen pratique de la retraite finale.

Détail de l'attribution des points :

- croquis : 50 points par séquence, soit un total de 100 points
- vidéos : 100 points par séquence, soit un total de 200 points

#### **4/ CERTIFICATION FINALE** *(pendant la retraite)*

**EXAMEN ECRIT / 318 points (200h) 500 points (300h)** L'examen écrit est basé sur les connaissances acquises durant les 9 mois (ou plus si le parcours des 300 heures est en place) de formation. Il est donné le premier jour de la retraite finale et doit être rendu le troisième jour de la retraite. Il doit être complété sans aide des manuels et supports de formation.

L'examen contient des questions de plusieurs styles ; réponses libres, question/réponse, création de séances de yoga, etc.

Les points sont répartis en 8 chapitres qui représentent les différents modules de la formation :

**- Fondations d'une pratique Solaire et Lunaire**

**- L'alignement doshique via le yoga**

**- Les éléments, énergies et chakras**

**- Les piliers de la féminité –**

**Lunar Restore**

**- Anatomie**

**- Yin Yoga**

**- Résumé des pratiques et des Intentions de la formation**

#### **EXAMEN PRATIQUE / 100 points**

L'examen pratique est l'animation d'un cours de 20 mn dont le public est l'ensemble

*SAS Shiva Shakti Training - Viclaire 73640 Sainte Foy Tarentaise - SIREN 829 426 220 -  
Déclaration d'activité de formation auprès de la DIRECCT 84 73 01938 73*

des stagiaires de la formation. Les points observés sont :

- la pédagogie d'enseignement
- la construction de séance selon des objectifs précis
- l'adaptation au public
- la sécurité de la pratique
- la démonstration des asanas...

Le thème de la séance est donné en amont de la retraite finale. Si nécessaire et souhaité, l'élève peut montrer son plan de cours au formateur avant l'examen final. Le formateur peut également demander le plan de la séquence animée avant ou après l'examen final afin de vérifier que la structure du cours et les critères ont bien été respectés.

La séance doit montrer clairement que : Le thème donné a été respecté. La méthodologie ShivaShakti a été respectée à travers la séance. La posture principale a été préparée de façon progressive et sans aucun danger. Les consignes d'une pratique de yoga et ShivaShakti ont été prises en considération (le Bhava, le thème, la structure du cours)

La séance dure 20 minutes et est notée pendant la présentation par le formateur selon une grille d'évaluation précise. Les critères ont été indiqués au préalable aux stagiaires mais les grilles ne leur sont pas remises. Un retour à chaud est fait avec le stagiaire à la fin de son animation.

## ENTRETIEN INDIVIDUEL

Un entretien final et individuel a lieu avant la fin de la retraite avec la responsable de formation. Il valide la certification au regard de l'ensemble des éléments ci-dessus et selon les grilles d'évaluation détaillées dans les éléments de preuve du Critère 2.5.

Un point est fait sur le parcours et le résultat final de l'évaluation:

- Le certificat est accordé si le candidat atteint 75% des points
- Un rattrapage est proposé au candidat n'ayant pas atteint les 75% des points

## MODALITÉS DE RATTRAPAGE

La mise en place des modalités précises de rattrapage sont discutées en entretien individuel entre le formateur et le candidat. Ces modalités sont confirmées par écrit dans l'objectif d'obtenir le certificat dans un délai maximum de 6 mois après la date finale de la retraite.

En fonction des compétences non acquises, le candidat doit assister à nouveau au(x) module(s) correspondant(s), ou sur la partie pratique renvoyer les vidéos et croquis des séquences.

## **CERTIFICAT DE FORMATION**

Nous délivrons aux stagiaires ayant réussi leur examen un certificat de formation

« Fondement d'une pratique fluide - Vinyasa » reconnu par Yoga Alliance, organisme de certification international de yoga une fois que toute la formation a été complétée et que la procédure d'examen a été respecté et a été acquis.