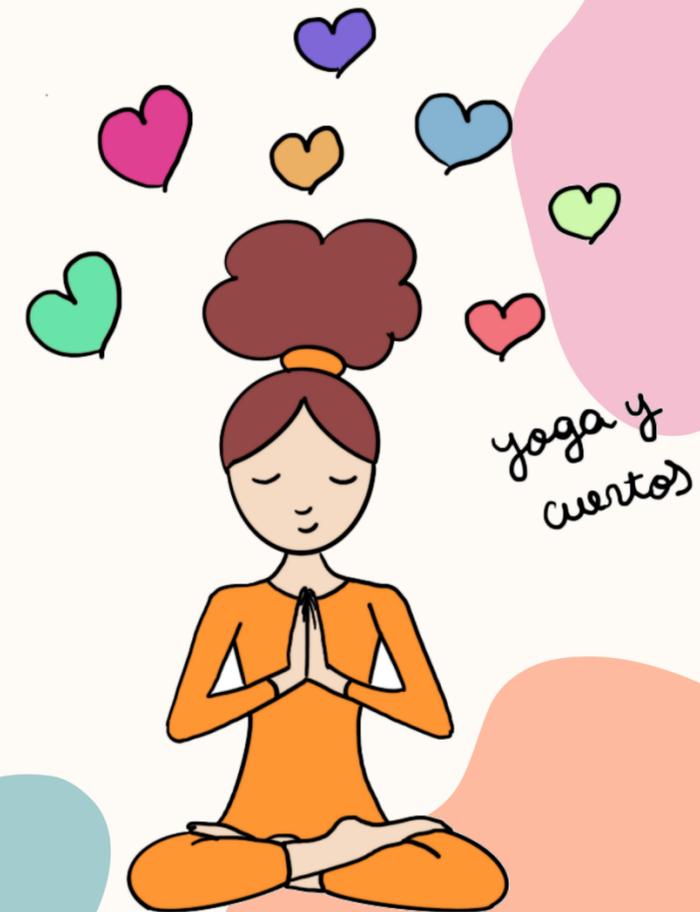
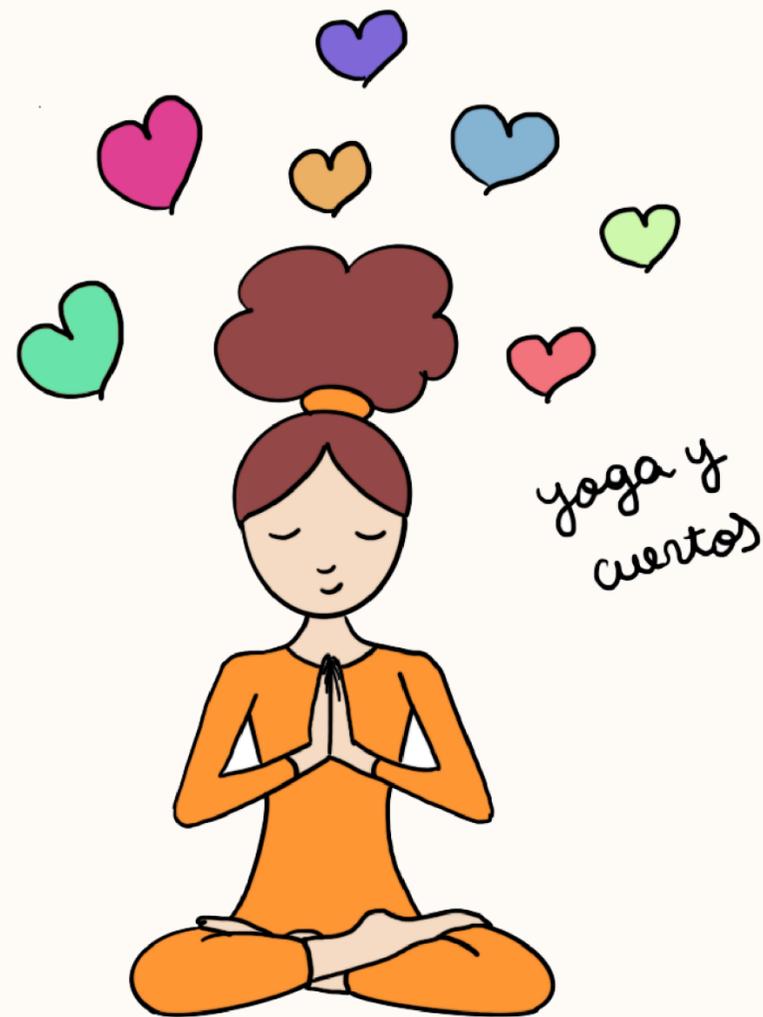


CURSO FORMACIÓN EN

Método  
CAYLI

YOGA Y LITERATURA INFANTIL





Yoga y Cuentos es un proyecto que nace para acompañar el desarrollo integral de los peques a través del yoga y la literatura.

CAYLI® significa **crecer en armonía con yoga y literatura infantil.**



# INTRODUCCIÓN

## ¿QUÉ ES EL MÉTODO CAYLI?

Es un método diseñado para estimular y acompañar el desarrollo de las capacidades motoras, sociales, afectivas, intelectuales y lingüísticas del niñ@ en la primera infancia. Unimos la riqueza del patrimonio cultural infantil (cuentos, canciones, fábulas, poesías, retahílas, juegos de palabras) con la sabiduría milenaria del yoga para crear espacios de juego y conexión a través de la unión entre **lenguaje y movimiento**.



# ¿POR QUÉ LLEVAR ESTA FORMACIÓN A MI ESCUELA?

Brindar esta herramienta a los profes los ayudará a acompañar el desarrollo físico y emocional de los niños de su clase y les ofrecerá valiosos recursos para crear un aula en calma.

El yoga y los cuentos tienen innumerables beneficios para los peques, entre ellos: mejorar la memoria y la función cognitiva, mejorar el sueño, aumentar la fuerza y la capacidad respiratoria, y mejorar la autorregulación, la determinación y la perseverancia.





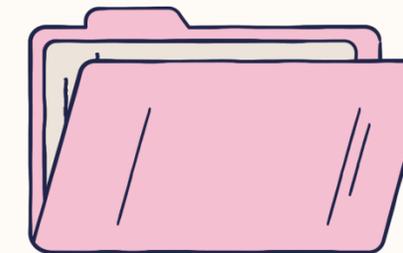
## CRISIS GLOBAL DE SALUD MENTAL INFANTIL

Según la Organización Mundial de la Salud, los trastornos de salud mental serán la principal causa de discapacidad en el mundo para el año 2030, y “las consecuencias de no abordar las condiciones de salud mental en los adolescentes se extienden hasta la adultez, afectando tanto la salud física como mental y limitando las oportunidades de llevar vidas plenas como adultos”. La infancia y la adolescencia son etapas críticas de la vida para la salud mental. Es un período en el que se produce un rápido crecimiento y desarrollo del cerebro. Los niños y adolescentes adquieren habilidades cognitivas y socioemocionales que moldean su futura salud mental y son fundamentales para asumir roles adultos en la sociedad.

**El estrés infantil es un problema relativamente nuevo y muy preocupante. Es nuestra responsabilidad proporcionar a los niños herramientas efectivas y apropiadas para ayudarles a gestionar sus emociones.**



# ¿QUÉ APRENDERÉ?



CAYLI® es un método que va mucho más allá de enseñar posturas de yoga a través de los cuentos. Se utiliza toda la riqueza de géneros de la literatura infantil (tradición oral y escrita) para trabajar la unión entre **lenguaje y movimiento** en la primera infancia.

**El curso es práctico y fácil de aplicar. Además cada participante se llevará un PDF con una enorme cantidad de material para trabajar con los niños durante todo el curso (cuentos de yoga ilustrados, cartas, yogui-juegos, meditaciones, actividades mindfulness y mucho más)**

- Contar cuentos y poemas acompañados de movimiento.
- Narrar historias vinculadas con ejercicios que ayudan a los niños a respirar y relajarse.
- Utilizar libros ilustrados de la biblioteca para crear una secuencia de yoga.
- Utilizar géneros de la tradición oral como adivinanzas o trabalenguas para enseñar posturas.
- Utilizar canciones y juegos de tradición oral para trabajar concentración y motricidad a través de los mantras y los mudras
- Crear tu propio cuento de yoga paso a paso.



# PROGRAMA DEL CURSO

1. Introducción	¿Qué es CAYLI? ¿Qué es el yoga para niños? ¿Por qué enseñar yoga a través de la literatura? Consideraciones generales.
2. Saludos	Saludo al sol y el saludo a la luna con canciones infantiles. Fórmulas literarias para empezar y terminar el día o la actividad acompañadas de movimientos.
3. Calentamiento	Utilizamos trabalenguas para destrabar el cuerpo y adivinanzas divertidas para enseñar posturas de yoga. Ejercicios de calentamiento.
4. Rimas	Rimas tradicionales infantiles (nursery rhymes) representadas con posturas de yoga. Acompañar sonidos con movimientos a través de las “yoguirimas”.



5. Yogui cuentos	Utilizamos cuentos y leyendas para armar secuencias de movimiento. Trabajo con cuentos encadenados, de repetición y fórmula.
6. Libro Ilustrado	Aprendemos a utilizar libros ilustrados de la biblioteca para armar una clase yoga y contar el cuento con el cuerpo.
7. Respiración y meditación	Cuentos y canciones para meditar y relajarse. Mini-cuentos o poemas para enseñar técnicas de respiración.
8. Mantras y mudras	Enseñamos la esencia de los mantras y los mudras a través de pequeños juegos de manos e historias de dedos.
9. Cómo narrar	Herramientas para narrar a los niños.
10. Cómo crear cuentos	Guía paso a paso para crear tus propios cuento de yoga.



# RECURSOS EXTRA

## MANUAL

Manual en PDF con una inmensa cantidad de materiales ilustrados para tus clases (cuentos, rimas, meditaciones, yogui juegos y mucho más)

## ASESORÍA

Podrás contactar con nosotros por correo electrónico cada vez que tengas una consulta sobre nuestro método.

## COMUNIDAD

Grupo de Whatasap con todas las personas que hagan el curso CAYLI para crear comunidad, armar proyectos y despejar dudas.

# ¿QUIÉN SOY?

¡Hola! soy Nadia Ripari, mamá de dos peques de 2 y 5 años, apasionada por las letras y el movimiento. Nací en Argentina y obtuve mi título de Licenciada en Letras en la Universidad de Buenos Aires. Luego trasladé mi aventura al otro lado del océano y me especialicé con un máster en Literatura infantil y juvenil en la Universidad Autónoma de Barcelona. Trabajé como formadora, librera, narradora y promotora de lectura. Además soy profe de yoga registrada en Yoga Alliance. Este proyecto es la síntesis de muchos años de investigación y trabajo acompañando a las infancias en la maravillosa aventura de crecer entre yoga y cuentos.





# CONTACTO



[www.yogaycuentos.com](http://www.yogaycuentos.com)



[info@yogaycuentos.es](mailto:info@yogaycuentos.es)



[@yogaycuentos](https://www.instagram.com/yogaycuentos)



[linkedin.com/in/naduripari](https://www.linkedin.com/in/naduripari)



Madrid, España

Método  
CAYLI *yoga infantil*

