



YOGA nas escolas

YOGA INFANTIL • DESENVOLVIMENTO INTEGRAL • EDUCAÇÃO EMOCIONAL

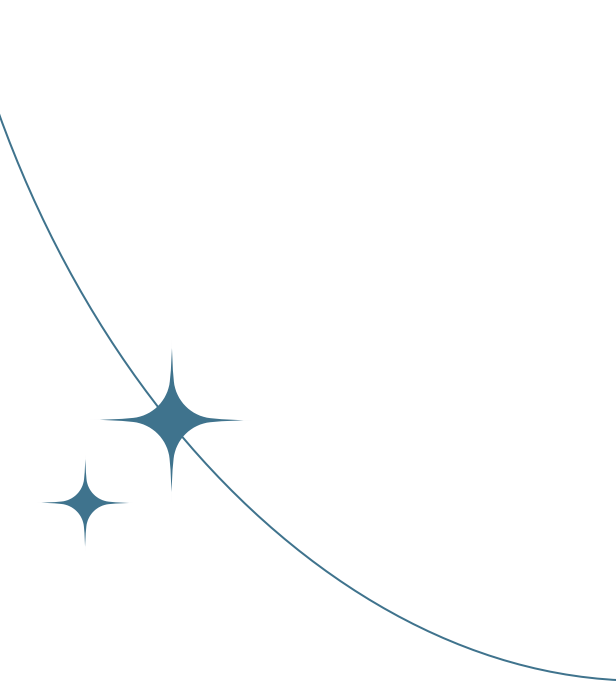




QUEM SOMOS

Somos uma equipe de educadoras e professoras de Yoga Infantil que atua em parceria com escolas, promovendo o desenvolvimento integral das crianças por meio do movimento, respiração, consciência corporal e cuidado emocional.

Nosso trabalho acontece no **ABC Paulista** e em **São José dos Campos**.



O YOGA

para crianças

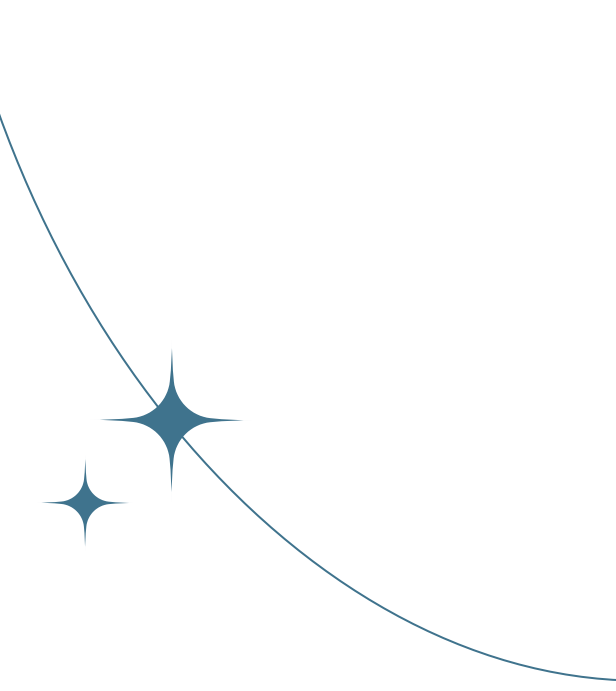
O Yoga para crianças é uma prática adaptada à infância, que une movimento, brincadeira, respiração e atenção plena.

De forma lúdica e acolhedora, as crianças aprendem a perceber o próprio corpo, reconhecer emoções e desenvolver habilidades importantes para o dia a dia escolar e social.



POR QUE INCLUIR O YOGA *na escola?*





O MUNDO *mudou*

A infância atual é marcada por muitos estímulos, telas e rotinas intensas.

O Yoga na escola contribui para:

- mais calma e concentração
- melhor autorregulação emocional
- maior consciência corporal
- bem-estar físico e emocional

Criando um ambiente mais equilibrado e acolhedor para aprender e conviver.





CONHEÇA OS
BENEFÍCIOS
DO YOGA
para
crianças



CORPO

- flexibilidade
- força
- coordenação motora
- consciência corporal



EMOÇÕES

- sensação de calma
- consciência respiratória
- acolhimento emocional
- reconhecimento das emoções



RELAÇÕES

- respeito aos próprios limites
- autoconfiança
- conexão com o outro e com a natureza

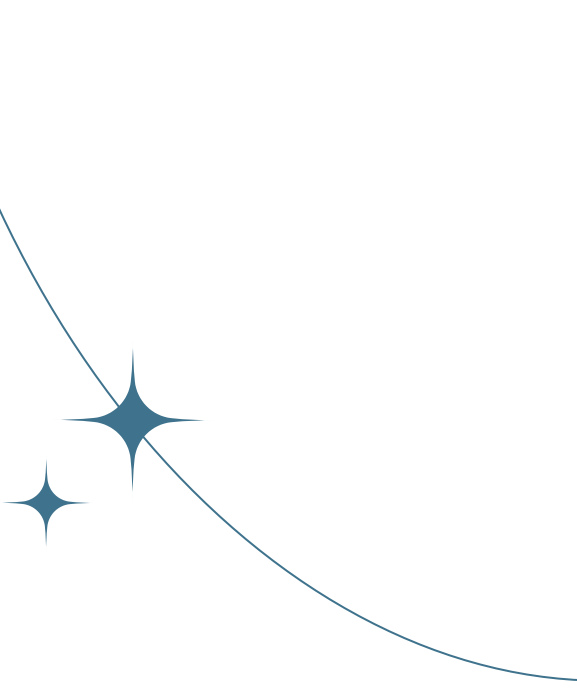
COMO SÃO *as aulas*

NÃO IMPORTA O
LUGAR, O YOGA
PODE ACONTECER.

COM MOVIMENTO,
RESPIRAÇÃO E
IMAGINAÇÃO,



A GENTE CULTIVA
CALMA E ALEGRIA.



APRENDER *brincando!*

As aulas são planejadas de acordo com a faixa etária e conduzidas de forma leve, criativa e divertida.

Utilizamos recursos como:

- movimentos inspirados na natureza e nos animais
- histórias, jogos e brincadeiras
- música e sons como apoio à vivência
- momentos de respiração e relaxamento

O mais importante é que as crianças aprendam **brincando**.





NOSSA metodologia

Nosso trabalho é inspirado nos princípios do Yoga, adaptados à linguagem infantil e ao contexto escolar, de forma laica e inclusiva.



COMO ENSINAMOS

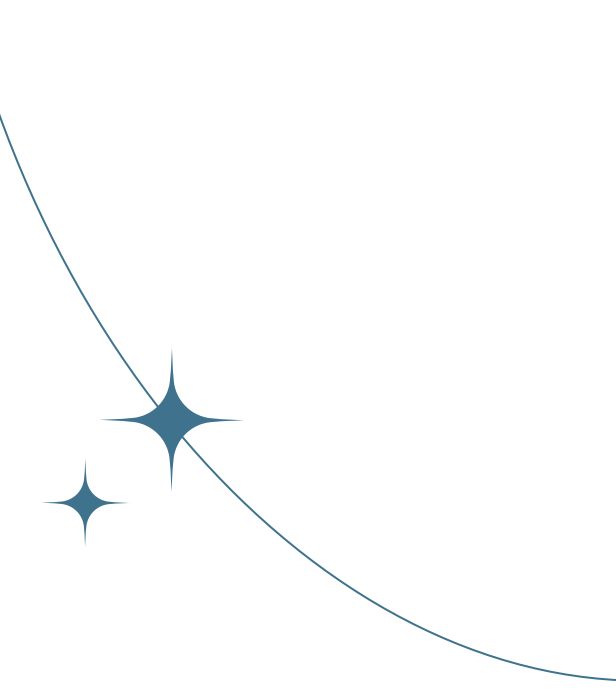
Valorizamos experiências que desenvolvem:

- gentileza e respeito
- equilíbrio emocional
- autoaceitação
- atenção e presença

Sempre de forma prática, vivencial e acessível às crianças.

CONHEÇA A NOSSA *equipe*





QUEM CONDUZ

nossas aulas

Nossa equipe é formada por profissionais com formações diversas e complementares, todas capacitadas para atuar com Yoga Infantil.

As professoras seguem a mesma metodologia e são acompanhadas pela coordenação pedagógica do projeto, garantindo cuidado, coerência e qualidade nas aulas.





DANILA

Danila Nadal Vechini é formada em Gestão Ambiental e atuou por 19 anos na área administrativa. Com a maternidade, encontrou no Yoga um novo caminho e se formou instrutora, dedicando-se especialmente ao Yoga para crianças. Seu trabalho une movimento, imaginação e cuidado emocional, valorizando a presença e a leveza no dia a dia.



IEDA

Ieda Rufino é professora de Yoga, mãe de dois meninos e apaixonada pelo universo da infância. Após mais de 15 anos no mundo corporativo, encontrou na maternidade o caminho para se dedicar ao desenvolvimento infantil. Hoje, especializada em Yoga para crianças, conduz aulas lúdicas e acolhedoras, promovendo consciência corporal, equilíbrio emocional e bem-estar, respeitando o ritmo de cada criança.



CAROL

Carol Rocha é educadora desde 2004. Especialista em Yoga infantil, Pedagoga e Psicopedagoga, desenvolve atividades que integram a filosofia e a prática do Yoga ao universo infantil, respeitando as fases do desenvolvimento e a linguagem lúdica. Seu trabalho favorece o bem-estar e o equilíbrio emocional das crianças por meio de vivências leves e significativas.



CONHEÇA NOSSA
COORDENAÇÃO
pedagógica





CAROLINA

Fuentes

O projeto é idealizado e coordenado por Carolina Fuentes, educadora e professora de Yoga.

Formada em Comunicação, com experiência na área da Educação, incluindo atuação em creche municipal e na Secretaria de Educação de Santo André.

É formada em Yoga pela Humaniversidade Holística (SP) e atua há anos com Yoga Infantil em escolas, com estudos contínuos em educação, desenvolvimento infantil e práticas integrativas. Atualmente, aprofunda sua formação na Pedagogia para Liberdade (PPL).

NOSSA missão

PARA CADA CRIANÇA

Despertar e acolher o potencial presente em cada criança, oferecendo experiências que favoreçam o autoconhecimento, o equilíbrio emocional e o bem-estar desde a infância.



RESPEITAMOS O TEMPO E OS LIMITES DE CADA CRIANÇA.





VAMOS *conversar?*

ESTAMOS À DISPOSIÇÃO PARA DIALOGAR
COM AS FAMÍLIAS E ESCOLAS, ADAPTANDO AS
PRÁTICAS ÀS NECESSIDADES DE CADA
CONTEXTO.



11 91943 6661



CAROLFUENTESYOGA@GMAIL.COM



FUENTESYOGA.COM

- ABC PAULISTA
- SÃO JOSÉ DOS CAMPOS

Obrigada!

