

Brain Gym® 101: Uravnoveženje za vsakdanje življenje

Licenčni seminar na prvi stopnji izobraževanja v okviru Edu-K
(24 ur, 250 EUR, priročnik 100 strani, originalen certifikat)

*V svetu delamo tisto, kar imamo radi in tisto, kar je potrebno. Prvo si želimo narediti še boljše. V vsem tistem, kar nam ne diši ali nam je težko, pa želimo narediti korak naprej ter z veseljem in užitkom doseči cilj. Brain Gym® je orodje, ki pomaga, da nam vsako učenje in celo življenje postane **užitek**. Usmeri nas, da realnost vzamemo kot čudovito izhodišče za nov napredek. Da naredimo največ, kar je v naši moči. **To pa od nas delo v šoli in doma zahteva prav vsak dan.***

Seminar Brain Gym® 101 je začetni seminar na prvi stopnji licenčnega izobraževanja v okviru Edu-K, zanj ne potrebujete predznanja. Da vam znanj in izkušnje za rabo sistema zase in svoje bližnje. Je prvi korak na poti k licenci, ki omogoča profesionalno rabo.

Vsebina seminarja

- **štiri koraki za 'ogrevanje': PACE** - sklop štirih aktivnosti nas poveže in usmeri pozornost in energijo k novim izzivom;
- **26-ih specifičnih gibalnih aktivnosti** - preprosta gibanja, ki vzpodbujajo naše spretnosti kot so spomin, branje, pisanje, komunikacija, logično mišljenje, organizacija, razumevanje, kar nam pomaga napredovati v vsakodnevnih aktivnostih doma, v šoli in službi;
- **5 korakov** v procesu uravnoveženja - celoten proces je postavljen na realna tla in natančno usmerjen v doseganje zastavljenih ciljev;
- **12 postopkov uravnoveženja** za različna področja;
- **dve vrsti prevzorčenja** - Ponovna postavitve vzorca delovanja vzpodbudi skladno delovanje celotnih možganov in izboljša sposobnosti osredotočenja, aktivnega sodelovanja ter organizacije kar nam pomaga najti novo pot k cilju.
- **teoretične vsebine** Edu K, ki izhajajo iz področij edukacije, gibanja, nevrologije idr. znanosti

V zadnje četrto stoletje se je edukacijska kineziologija, veda, ki raziskuje gibanje in njegovo povezanost z učenjem, dotaknila ljudi vseh starosti in različnih kultur. Edu-K, kot jo na kratko poimenujemo, jasno dokazuje, da nevrološke poti, kadar so aktivne, povežejo celotne možgane v sinergijo, ki je potrebna za rast in spremembe.

Živeti pomeni gibati se. Uspeh enega od programov Edu-K, Brain Gym®, lahko pripišemo njegovemu učinkovitim oblikam gibanja in postopkom uravnoveženja, kakor tudi njegovi povezanosti z naravnimi spretnostmi za učenje. Od začetkov Edu-K v letu 1981 in izdaje prve knjige Brain Gym: Simple Activities for Whole Brain Learning v letu 1986 ponuja Edu-K edinstven pristop k učenju z gibanjem, užitkom in obvladovanjem vseh oblik učenja. (Paul in Gail Dennison v Uvodu k priročniku za seminar Brain Gym 101)



Ostala izobraževanja

- Brain Gym® 201: Optimalna organizacija možganov (16 ur)
- Brain Gym® 105: Double Doodle Play (8 ur)
- Brain Gym® 170: Brain Gym za otroke s posebnimi potrebami (32 ur)
- Brain Gym® 104: 26 gibanj Brain Gyma (16 ur)
- Gradniki gibanja (8 ur)
- Brain Gym v skupini (8 ur)

Mojca Vilfan

Profesorica razrednega pouka in defektologije, inštruktorica in svetovalka Brain Gym®, Brain Gym® za OPP, Optimalna organizacija možganov in Double Doodle Play z licenco Edu-K Foundation (www.braingym.org) ter učiteljica Gradnikov gibanja iz sistema Učenje z gibanjem (Building Block Act. of Movement Based Learning, www.movementbasedlearning.com)

V teoriji in praksi raziskujem naravni razvoj, gibanje in učenje. Kot učiteljica sem 20 let vsakodnevno v razredu izvajala sisteme, ki jih poučujem in opazovala moč gibanja pri učenju v najširšem pomenu besede. Kot individualna terapevtka se soočam z izzivi v razvoju in učenju posameznikov in opazujem, kako z gibanjem res lahko delamo velike premike. Poseben izziv zame so otroci z učnimi in razvojnimi izzivi.



Seminar v praksi

Ocenjevanje znanja

Šestošolec ima v šoli stalen izziv, kadar je v situaciji, ko je preverjan ali ocenjevan. Čeprav doma starši ugotavljajo ustrezno znanje, v šolski situaciji, pred nalogo vedno občuti 'prazno glavo' tudi ob najenostavnejših vprašanjih. Nikakor ne najde besed ali povezav, ampak le hudo vznemirjenost in nemoč. Zaradi tega se tudi njegova motivacija za delo in učenje zmanjšuje. Z uravnoteženjem smo dosegli ustrezno motiviranost pri učenju in se naučili strategij za povečanje občutka varnosti, sproščenosti in organizacije v situaciji preverjanja/ocenjevanja.

Pisanje

Drugošolka pri pisanju pogosto izpušča črke, jih zamenjuje in obrača, čeprav se staršem zdi, da ve, kako besede in črke pravilno zapisati. Ugotovili so, da v sproščeni situaciji piše z manj napakami. V šoli, ko je pod stresom, je slabše, pogosto pisanja tudi ne dokonča. Z uravnoteženjem smo pridobili strategije za hitro povezavo in delovanje celega telesa in možganov, kar omogoča sproščeno povezano delovanje pri pisanju in dokončevanju. Hkrati se je pokazal očiten napredek v obliki zapisa. Naučila se je vaje, ki jo pred pisanjem pripravi na delo. Kljub temu, da jo izvaja vsak dan le doma, je pri pisanju uspešnejša tudi v šoli.

Pozitiven odnos

Učiteljica z dolgoletno prakso se še vedno sooča s svojim negativnim pristopom do staršev s katerimi ji je težko sodelovati. Njeni načrti pred sestankom pogosto padejo v vodo in ko končajo razočarana ugotovi, da se 'spet niso ničesar dogovorili.' Z uravnoteženjem poveča svojo organizacijo in ohrani pozitiven pristop, ki ji omogoča uspeh in zadovoljstvo.

... in ostala področja, kjer želimo doseči boljšo povezanost za učinkovitejše učenje. Mnogi otroci z učnimi in razvojnimi izzivi so v tem sistemu našli ključ k učinkovitemu učenju in zavidljivim rezultatom. Odrasli pa k uspehu in novim potem brez stresa.

Vabljeni k raziskovanju©

Uravnoteženje za vsakdanje življenje ali Brain Gym® 101

- 24 ur: ZOOM ali vikend v živo
- majhna skupina, individualen pristop
- 250 EUR, vprašajte za dodatne možnosti plačila
- **zgodnja prijava do ... : kotizacija – 10%**
- 195 EUR za tiste, ki se seminarja udeležujete ponovno
- primeri iz prakse
- obsežno gradivo: natisnjen priročnik v slovenskem jeziku s 100 stranmi
- dodatno gradivo vam je na voljo v spletni učilnici
- originalen certifikat
- potrdilo o udeležbi na seminarju, ki ga lahko uporabite za napredovanje v sist. V-I
- sodelovanje tudi po zaključenem seminarju
- možnost nadaljevanja izobraževanja za Brain Gym® inštruktorja, svetovalca ali facilitatorja

prijave: www.braingym.si

Pri izvedbi bomo upoštevali priporočila NIJZ. Za obliko izvedbe se bomo glede na epidemiološke razmere.