



**Seminar:** **BRAIN GYM® 101**

**Čas in kraj izvedbe:** 16. – 18. 9. 2022  
 Brezje

**Izvajalka:** **Mojca Vilfan**, prof. RP in DEF, Brain Gym®, Double Doodle Play in Optimal Brain Organization inštruktorica in svetovalka z licenco Educational Kinesiology Foundation / Brain Gym® International Ventura CA. USA.

**Program seminarja:**

PETEK	
15.00-16.30	<ul style="list-style-type: none"> <li>• pozdrav, predstavitev, pričakovanja</li> <li>• potek seminarja</li> <li>• 'izlet v veselje'</li> <li>• Kaj je Brain Gym</li> <li>• 26 Brain Gym aktivnosti</li> </ul> <p><i>(razgovor, teorija, demonstracija in praktično delo)</i></p>
16.45-18.15	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Celostno uravnoteženje</li> <li>• Dinamični možgani</li> </ul> <p><i>(razgovor, teorija, demonstracija in praktično delo)</i></p>
18.15-18.45	Delovni odmor <i>(pogovor, spoznavanje)</i>
18.45-19.00	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PACE</li> <li>• Opazovanje (LG/HG)</li> <li>• DLR</li> </ul> <p><i>(razgovor, teorija, demonstracija in praktično delo)</i></p>
SOBOTA	
9.00-10.30	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pace</li> <li>• Zaznavanje</li> <li>• Cilji v Edu-K</li> <li>• Dimenzije – uvod</li> </ul> <p><i>(razgovor, teorija, demonstracija in praktično delo)</i></p>
10.45-12.45	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dimenzija Fokusiranja</li> </ul> <p><i>(razgovor, teorija, demonstracija in praktično delo)</i></p>
12.45-14.15	• Odmor za kosilo
14.15-15.45	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dimenzija Centralnosti</li> </ul> <p><i>(razgovor, teorija, demonstracija in praktično delo)</i></p>
16.00-17.30	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dimenzija Lateralnosti</li> </ul> <p><i>(razgovor, teorija, demonstracija in praktično delo)</i></p>
17.30-19.00	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Koncepti v Brain Gymu</li> <li>• Uvod v 3DLR</li> </ul> <p><i>(razgovor, teorija, demonstracija in praktično delo)</i></p>
NEDELJA	
8.00-9.30	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 3DLR</li> </ul> <p><i>(razgovor, teorija, demonstracija in praktično delo)</i></p>
9.45-11.15	<ul style="list-style-type: none"> <li>• vzpostavitev ravnotežja za vsakdanje življenje</li> <li>• vzpostavitev ravnotežja za pozitivno vedenje</li> <li>• vzpostavitev ravnotežja za gledanje</li> </ul> <p><i>(razgovor, teorija, demonstracija in praktično delo)</i></p>
11.15-11.45	Odmor za kosilo
11.45-13.15	<ul style="list-style-type: none"> <li>• vzpostavitev ravnotežja za pisanje</li> <li>• vzpostavitev ravnotežja za poslušanje</li> </ul> <p><i>(razgovor, teorija, demonstracija in praktično delo)</i></p>
13.30-15.00	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Možnosti izobraževanja</li> <li>• Zaključek</li> <li>• FAST uravnoteženje</li> </ul> <p><i>(razgovor, teorija, demonstracija in praktično delo)</i></p>

**Trajanje:** 24 pedagoških ur

**Oblike in metode dela:** individualno, skupinsko, frontalno delo in delo v paru  
 m. razlage, m. demonstracije, m. praktičnega dela, m. razgovora

Na seminarju udeleženci aktivno sodelujejo, učijo se posameznih aktivnosti, se urijo v postopkih uravnoteženja ter vse to prenašajo v vsakdanje delo in življenje.