



## De Brain Gym ervaringen van juf Sofia

### Wat heeft mijn werk een nieuwe stimulans gegeven?

Als orthopedagoge werkzaam in het Buitengewoon Onderwijs type 1 en type 8 leerlingen, heb ik veel administratief werk. Daarnaast heb ik een aantal leerlingen die ik individueel begeleid. Dit gaf me eigenlijk niet steeds de nodige voldoening.

Tot een collega me sprak over **Brain Gym**. Ik was benieuwd om er meer over te weten te komen. Na het volgen van de cursus was ik meteen enthousiast. Ik voel me heel goed bij die Brain Gym. Ik ben er zelf enorm door geëvolueerd.

Ik mocht op m'n werk direct beginnen met een groepje leerlingen. Alle pedagogische eenheden kregen al iets 'anders' buiten het gewone leren : Sherborne, relaxatie, ... Eén groep kreeg nog niets en kwam op een klassenraad ter sprake. Enkele leerlingen uit die groep maakten nog weinig vooruitgang, hadden bepaalde moeilijkheden waar de leerkracht geen oplossing meer voor zag.

Zo startte ik Brain Gym met m'n eerste groep. In het begin deed de leerkracht mee maar de groep breidde uit en werd te groot. We hebben die dan opgesplitst in twee groepen. Ik werk twee maal een half uur met elke groep. Terwijl ik werk met één groepje kan de leerkracht intensief met het andere groepje werken in haar klas. Ik vind 7 à 8 leerlingen voldoende voor mij. Maar soms heb ik ook grotere groepen en soms ook kleinere. Daarnaast heb ik individuele leerlingen alhoewel die soms uitbreiden tot groepjes van vier. Dit vind ik ideaal.

Leerlingen die vb. voor lezen bleven hangen op AVI 1 gingen na Brain Gym vooruit naar AVI 3 of 4. Leerlingen gingen vooruit op spelling, op sportvlak, op vlak van sociale vaardigheden,... Ik heb vb. een leerling die aandachts- en concentratiemoeilijkheden heeft. Als er een vogeltje passeerde had hij het gezien. Hij kon de kruisbeweging enkel achteraan. Nu kan hij dit ook al vooraan en zijn aandacht is opmerkelijk verbeterd tijdens mijn lessen. Hij geniet ook enorm van de kruisbeweging op de rug. Soms denk je : ze hebben er geen zin meer in maar als ik een groep eens niet kan nemen, vragen ze : juffrouw, wanneer mogen we weer bij jou komen ?

Het is wel belangrijk om variatie in de Brain Gym oefeningen te brengen. Zelf blijf ik m'n enthousiasme behouden door naar Brain Gym oefenavonden te gaan en met andere mensen ideeën uit te wisselen. Dit breng je over naar de leerlingen waardoor die ook enthousiast blijven. Ze zijn zelfs zo enthousiast dat ze zelf variaties aanbrenge. Kinderen die in m'n groep zitten en eens individueel komen met een probleem kan ik soms gewoon verwijzen naar een oefening.

Zo had ik onlangs een leerling die ruzie had met een andere leerling. Ik deed met hem de oefening 'in de knoop en uit de knoop'. Na de oefeningen zei deze jongen : 'dank u, juf.' Wel dit geeft je stimulans om verder te doen en het geeft je een positief gevoel van : 'het is goed waar ik mee bezig ben'.

juf. Sofia

