



Educatieve kinesiologie en Brain Gym®

De basiscursus Brain Gym® is gebaseerd op het principe "leren door beweging en ervaring"

EDU leerkrachten

Brain Gym als basiscursus binnen de Educatieve kinesiologie is een efficiënte aanvulling voor ieder die op één of andere manier te maken heeft met kinderen en volwassenen met moeilijkheden, zoals concentratie, lezen, schrijven, memoriseren, coördinatie, organisatie, zich aanpassen aan veranderende situaties, examens afleggen, enz.



Leerkrachten die Brain Gym in de klas gebruiken merken al snel het verschil.

Bewegingstussendoortjes met Brain Gym hebben een groot effect op het welzijn en het leervermogen van kinderen. We gaan in deze basiscursus bij onszelf ervaren hoe een paar specifieke bewegingsoefeningen een invloed hebben op onze lees-, luister- en schrijfvaardigheden en op onze concentratie.

In deze cursus krijg je naast de 26 basisoefeningen ook heel wat informatie over de achtergrond van leermoeilijkheden.



Voor cursusdata ga terug naar EDU leerkrachten en klik op Edu Agenda (Leerkracht)



Educatieve kinesiologie en Brain Gym

Brain Gym 101 A : Lateraliteit en bewegen Kennismaken met de oefeningen en lateraliteitsrepatterning

In Brain Gym A leren we :

1. de uitgangspunten van Edu-K en Brain Gym
2. de 3 dimensies
3. de 26 oefeningen
4. de lateraliteitsrepatterning en de PACE

Repatternings zijn bewegingsreeksen die ons helpen om geïntegreerd te kunnen leren, d.w.z. met al onze bewegingsmogelijkheden en met onze beide hersenhelften.

De PACE bestaat uit 4 oefeningen met een specifieke volgorde. Hij wordt oa gebruikt als ochtend ritueelje.



De Brain Gym oefeningen zijn :

<p><u>Stimulerend:</u></p> <p>middellijnoefeningen voor de dimensie van de lateraliteit</p>	<p><u>Ontspannend:</u></p> <p>energie-oefeningen voor de dimensie van de centering</p>	<p><u>Losmakend:</u></p> <p>verlengingsoefeningen voor de dimensie van de focus</p>
<p>Signalen van onbalans in de lateraliteit Vastzitten in proberen (te hard je best doen). De kinesthetische middellijn moeilijk oversteken. Slechte coördinatie links-rechts d en b, of d en g of b en q omwisselen. Moeilijkheden bij lezen, rekenen en schrijven Zich moeilijk uitdrukken, slecht luisteren</p>	<p>Signalen van onbalans in de centering Gevoelig zijn Gevoelens niet kunnen uitdrukken Slecht kunnen organiseren (tijd, voorwerpen, een bladschikking,..) Makkelijk afgeleid zijn, verstrooid zijn</p>	<p>Signalen van onbalans in de focus Onderfocust zijn of overfocust zijn Hyper- of hypoactief zijn Taalachterstand hebben Geen aandacht kunnen schenken (focussen) of niet in staat zijn te begrijpen (het overzicht behouden)</p>



Educatieve kinesiologie en Brain Gym

Brain Gym 101 B : de drie dimensies met elkaar in balans brengen

In Brain Gym B leren we :

1. de drie dimensies integreren
2. actieplannen voor individuele begeleiding
3. precisietesten voor elke dimensie
4. de drie-dimensionele repatterning

In **module B** werk je met actiebalansen in het typische Brain Gym 5-stappenplan. Je leert spiertesten voor de drie dimensies alsook een krachtige drie-dimensionele repatterning om de drie dimensies, de lateraliteit, de centering en de focus in bewegen en leren met elkaar in evenwicht te brengen. Je leert inzicht krijgen in stress bij kinderen en de invloed hiervan op het leren en bewegen. Na Brain Gym B kan je individueel met een kind gaan werken.

Deze vervolgcursus is voor elke begeleider (ouder, pedagoog, psycholoog) die een andere persoon (kind of volwassene) op een individuele manier wil helpen om een positieve focus te vinden.

Na vervolledigen van de beide delen krijg je een officieel certificaat. Dit certificaat geeft je toegang tot de vervolgcursussen.

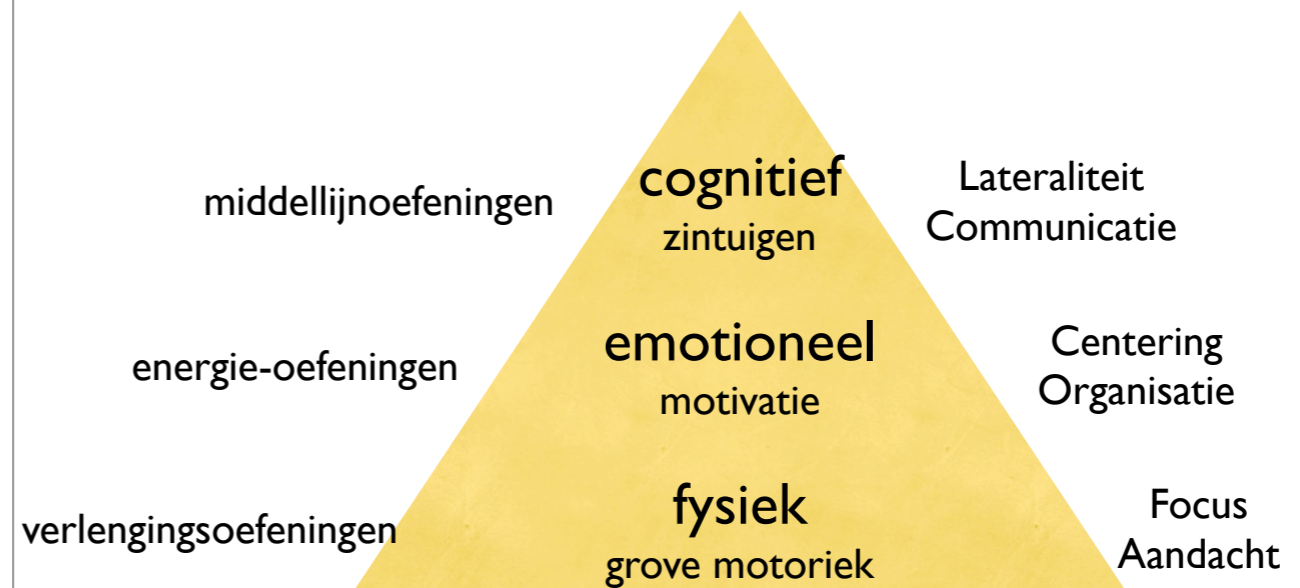


Basisschool Wonderwijs heeft met het bewegingsproject Brain Gym een prijs gewonnen bij de VLOR voor hun unieke aanpak van stress bij kinderen binnen het gezondheidsbeleid van de school.

www.bewegenomteleren.be
Sonja De Poorter

Brain Gym bevordert

Optimale breinorganisatie



drie dimensies laten samenwerken