

Sommarkurs
i
rytmiska grundrörelser



i
Barnträdgård Nyponkulla
Hölö
9-11 augusti

Ritmiska grundrörelser

Ritmiska grundrörelser såsom kravla, åla, rulla och krypa är viktiga för barnets motoriska, känslomässiga, mentala och andliga utveckling. När barnet lär sig hitta i sin kropp, utvecklar det nervsystemet och hjälper till att koppla ihop de olika delarna i hjärnan. Detta i sin tur är viktigt för jag-utvecklingen och att barnet hittar sin egen kraft. Här lägger barnet grunden för hela livet på alla plan.

Idag läggs stor vikt på inlärning och läsplattor i förskolan och i hemmen är mobiler och datorer med i vardagen. Barnen blir då mera stillasittande. Vi ser att denna inriktning tar tid från barnens viktigaste inlärningsfunktion, lek och rörelse. Idag är det många som vittnar om att barn har svårare att komma till lek.

”Rörelse är något som är fundamentalt för vår art och det är därför det har så otroliga effekter på oss” Citat av Anders Hansson , överläkare i psykiatri

Alla bebisar föds med ett nedärvt rörelsemönster, de så kallade primitiva spädbarnsreflexerna, som har som syfte att hjälpa spädbarnet upp från liggande till krypande, för att därefter kunna resa sig upp och gå, allt av egen kraft.

Ritmisk rörelseträning

Ritmisk rörelseträning är en metod som genom att härma spädbarnets rörelser integrerar de primitiva spädbarnsreflexerna. De ritmiska rörelseövningarna utförs liggande, sittande och på alla fyra. Övningarna påverkar hjärnan på samma sätt som spädbarnets spontana rörelser gör.

Ritmisk rörelseträning är bra för alla barn och kan utföras i lekform både enskilt och i grupp på förskola och skola. Metoden lämpar sig mycket bra som tidiga insatser för barn i behov av särskilt stöd.

Sommarkurs

I en grön och skön Waldorfförskola har vi i år fått möjlighet att göra en sommarkurs. Här finns odlingar, får och höns runt knuten. Vi har satt ihop 2 delkurser (Ritmisk rörelseträning och reflexintegrering i förskoleåldern del 1 och del 2, se www.blomberggmt.se) till 1 sommarkurs, så de som har gått del 1 i vårt förskolepaket får lite repetition och en fortsättning med fler intressanta reflexer.

Dessa kurser lär ut grunderna i den rytmiska rörelseträningen med speciell inriktning på förskolebarn. Deltagarna får lära sig använda de rytmiska övningarna för att utveckla barnets motorik.

I kursen får man lära sig att känna igen brister i den tidiga motoriska utvecklingen och att iakttä och testa många primitiva reflexer. Man får lära sig att träna bort både grov- och finmotoriska problem med hjälp av rytmiska rörelser, reflexövningar och lekar som kan göras både i grupp och enskilt.

De rytmiska rörelseövningarna ökar tonus i de muskler som sträcker på ryggen och håller huvudet uppe. Tack vare dessa övningar lär sig barnet att hitta i kroppen och koordinera sina rörelser. De rytmiska rörelseövningarna hjälper också till att integrera de primitiva reflexer som normalt inte längre ska påverka motoriken efter ett års ålder.

Aktiva reflexer kan försvåra utvecklingen av hållningsreflexer så att barnet får problem med balans och stabilitet när det sitter eller går. Kvarstående primitiva reflexer kan även orsaka känslomässiga problem och inlärningsproblem t.ex. läs- och skrivsvårigheter.

Reflexerna kommer och går under livet på grund av inre och yttre

faktorer. Det är aldrig försent att jobba med reflexerna och kunskapen är ett livsredskap du bär med dig hela livet.

Vem vänder sig kursen till?

Kurserna vänder sig till föräldrar, personal i förskolan, förskoleklass och på lågstadiet, samt alla som är intresserade av barns motoriska utveckling.

Var: Barunträdgård Nyponkulla - Hölö
När: 9-11 augusti
Tider: fredag 10.00 -18.00
lördag och söndag 09.00 – 17.00
Pris: 4000 kronor/person
3000 kronor/person för de som gått förskolekursen del 1
Förkunskaper: inga förkunskaper
Anmälan till: eva.johansson@brmt.se
070 – 696 8118

Möjlighet finns att sova på madrass i sovsal och nyttja köket på förskolan (medhavd mat) till en kostnad av 150 kronor/natt.

Kursledare är **Hjördis Ahlin Boström**, tidigare Waldorfpedagog och förskolechef. Idag jobbar Hjördis som Rytmask rörelseinstruktör och åker världen runt för att undervisa i Rytmask rörelseträning. Hon tar även emot klienter i Stockholm eller vid hembesök.

Läs mer om Rytmask rörelseträning på www.blombergbrmt.se och på www.nyatidensbarn.se

Varmt välkommen!

