

Kurser hösten 2010/våren 2011 i **Rytmisk rörelseträning**



Rörelser och motorisk förmåga är grunden för all utveckling och inläring. Allt fler barn som börjar skolan har problem med motorik, inläring, koncentration och uppmärksamhet. Många av dessa problem orsakas av miljöfaktorer, i synnerhet under foster- och spädbarnsperioden, som t.ex. miljögifter, livsmedelstillsatser och den tilltagande elektromagnetiska strålningen från trådlösa telefoner, mobiler och andra trådlösa nätverk.

När spädbarn inte får röra sig fritt på golvet utan istället får sitta i babysitter, bilstolar, hoppa i hoppungor eller gå i gästolar försvåras rörelseutvecklingen ytterligare och hjärnans utveckling hämmas. Barn som har brister i den tidiga rörelseutvecklingen och inte tränat grunderna som att hålla upp huvudet, rulla runt, åla, krypa etc. kan få problem med balans och stabilitet, samt svårigheter att koordinera sina rörelser.

Idag ser man ofta att barn som börjar i förskolan har stora brister i sin tidiga motoriska utveckling. Oavsett orsakerna till detta kan rörelseträning *på rätt nivå* lägga grunden för en fortsatt sund motorisk, känslomässig och mental utveckling. Rätt nivå innebär att barnet får hjälp att reparera brister i den motoriska utvecklingen som uppstått under spädbarnstiden.

Rytmisk rörelseträning är en metod som arbetar med rörelseövningar motsvarande spädbarnets nivå. Metoden har utvecklats av Kerstin Linde och bygger på de rörelser som spädbarn spontant gör. Träningen måste utföras i liggande, sittande eller på alla fyra för att ha effekt.

De rytmiska rörelserna stimulerar hjärnan så att nervförbindelserna utvecklas och hjärnan mognar. Rytmisk rörelseträning är en metod som ger barn och ungdomar med olika svårigheter en andra chans att justera det som gått snett under deras tidiga sensomotoriska utveckling. Övningarna ökar tonus i de muskler som sträcker på ryggen och håller huvudet uppe. Tack vare övningarna 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.

Välkommen till våra uppskattade kurser som ger dig verktyg, tips och metoder för ditt fortsatta arbete med barn och ungdomar!

Tid: Kl 9-17 både lördag och söndag

Plats: Gårdsvägen 2 i Solna

Anmälan: kerstin@nyatidensbarn.se

Priset för en tvådagarskurs: 2100 kr. Medlemmar i Nya Tidens Barn betalar 1850 kr. Vid repetition av en kurs som man tidigare gått genom NTB ges 50 % rabatt vid andra tillfälle. När tre deltagare kommer från samma organisation/ arbetsplats går tredje personen för halva priset.

Kursledare är Harald Blomberg, i vissa kurser även Liselott Jonsson.

Harald är psykiatriker med mer än femton års erfarenhet av att arbeta med barn som har motoriska problem och inlärningsproblem. Han ger kurser i rytmisk rörelseträning och reflexintegrering. Han har arbetat med metoden på sin praktik för att hjälpa oändligt många barn och ungdomar och utvecklat metoden under lång tid. Han håller kurser i rytmisk rörelseträning över hela världen. Fr.o.m. hösten 2008 erbjuder Harald Blomberg möjligheten att utbilda sig till rytmisk rörelseterapeut. Utförlig information finns på www.haraldblomberg.com
Liselott är montessoripedagog och kroppsterapeut. Hon har arbetat många år inom förskolan och sett vilken betydelse rytmisk rörelseträning har för barns utveckling på alla områden.

Rytmisk rörelseträning och reflexer vid ADHD (steg 1), 23-24/10; 22-23/1

Kursen lär ut grunderna för den rytmiska rörelseträningen: hur man kan använda de rytmiska övningarna för att reglera muskeltonus, stimulera lillhjärnan och hjärnbarken så att muskeltonus, uppmärksamhet och impuls kontroll förbättras. Kursen går igenom de spädbarnsreflexer som är av betydelse vid ADHD och hur man med rörelseövningar kan integrera dessa reflexer. *Inga förkunskaper krävs.*

Rytmisk rörelseträning i förskolan (steg 1), 9-10/10; 12-13/3

Kursen lär ut grunderna i den rytmiska rörelseträningen med inriktning mot förskolebarn. Speciell vikt läggs vid rytmiska rörelseövningar och lekar som stimulerar motoriken och hjärnans mognad. Deltagarna lär sig känna igen och testa flera viktiga spädbarnsreflexer som påverkar barnets motoriska, känslomässiga och mentala utveckling och hur man kan använda rytmiska rörelseövningar för att integrera dessa reflexer. *Inga förkunskaper krävs.*

Rytmisk rörelseträning, känslor och inre ledarskap (steg 2), 18-19/9; 12-13/2

En fortsättningskurs som är ett nödvändigt komplement för alla som vill arbeta aktivt med metoden. Kursen tar upp hur man använder rörelser för att släppa muskelspänningar och komma i kontakt med känslor och hur man arbetar med känsloreaktioner. Deltagarna lär sig hur man använder rytmisk rörelseträning och reflexintegrering vid panikångest, stresskänslighet, samt vid autistiska och psykotiska störningar. Kursen lägger stor vikt vid hur man med denna metod utvecklar inre ledarskap genom att de exekutiva funktionerna stimuleras och utvecklas. *Förkunskaper: någon av kurserna på steg 1.*

Rytmisk rörelseträning vid läs- och skrivsvårigheter (steg 3), 13-14/11; 9-10/4

Kursen lär ut hur vår läs- och skrivförmåga påverkas av vår motorik, vår seende och vår förmåga att känna igen språkljud. Deltagarna lär sig att undersöka de reflexer och andra motoriska oförmågor som spelar en viktig roll vid läs- och skrivsvårigheter och hur man med motoriska övningar och reflexintegrering kan träna bort dessa problem. Speciell vikt läggs vid att känna igen problem med seendet och hur man med olika övningar kan påverka detta. *Förkunskaper: Någon av kurserna på steg 1 samt Rytmisk rörelseträning, känslor och inre ledarskap, steg 2.*

Rytmisk rörelseträning och diet vid autism, 27-28/11; 26-27/3

Denna kurs vänder sig till alla som arbetar med särskoleelever, i synnerhet barn och ungdomar med autism och lindrig utvecklingsstörning. Särskolebarn har för det mesta stor nytta av

Nya Tidens Barn: våra kurser i rytmisk rörelseträning hösten 2010/våren 2011

rytmisk rörelseträning och reflexintegrering men kan ibland ha mer uttalade känslomässiga reaktioner på träningen. Kursen tar bl.a. upp orsaken till detta och hur man bäst kan lägga upp träningen för dessa elever. *Inga förkunskaper krävs.*

www.nyatidensbarn.se