

# “ZDRAVÝM POHYBEM K PODPOŘE nejen ŠKOLNÍHO ÚSPĚCHU”

## info pro zájemce o kurz

Ve spolupráci se ZŠ a MŠ Rájec - Jestřebí, okres Blansko otvíráme pro žáky naší školy (1.- 3. třída, 4.- 5. třída) v novém školní roce 2024/2025 jedinečný kurz, který v sobě kombinuje prvky neuro-vývojové stimulace a zdravotní tělesné výchovy.

**Děti jsou přirozeně aktivní** - běhají, skáčou a lezou. S nástupem do školy se stane velkou součástí jejich dne sezení a udržení pozornosti. Mnozí z nich si v tomto citlivém období plném změn vytvoří špatné pohybové návyky, které vedou k problémům s pohybovým aparátem a sekundárně k potížím se zvládnutím školních nároků.



Aby se dítě dobře učilo ve škole, musí mít schopnost sedět v klidu, soustředit se, správně držet tužku. Dítě potřebuje i řadu dobře vyvinutých očních pohybů, nutných pro sledování psaného textu bez toho, aby přeskakovalo slova nebo řádky.

Udržení rovnováhy, motorické dovednosti, sensoricko-senzitivní integrace jsou důležité pro to, aby se dítě dobře učilo.

Věk dítěte a jeho zralost pro nástup do školy se ne vždy shodují.

Zdravý vývoj dětí si můžeme představit jako růst stromu. Jsme zvyklí se dívat, jestli dítěti jde čtení, psaní, počítání, což jsou jablíčka na našem pomyslném stromu.

Pokud chceme, aby nám vyrostla krásná červená jablíčka, potřebujeme pořádný a dobře zakořeněný strom.

Proto jsou tak důležité ve vývoji a výchově dítěte:

- kořeny (doba těhotenství, porod a první okamžiky po narození)
- kmen a větve (psychomotorický vývoj dítěte)
- koruna (smyslové vnímání, spolupráce mozkových hemisfér, lateralita a vizuomotorika)
- jablíčka (čtení, psaní, počítání, další školní dovednosti, řeč, grafomotorika, správné držení těla a koordinace pohybů)

V kurzu Zdravým pohybem k podpoře školního úspěchu, tvoříme v bezpečném prostředí pevné základy, na kterých může dítě stavět svoje školní dovednosti, zkoušet aktivity, které jsou nejen zábavné, ale také prospěšné pro jeho zdravý vývoj a zažívat pocit úspěchu.

Pracujeme metodami, které zlepšují spojení mezi mozkiem a tělem. Trénujeme spolupráci obou mozkových hemisfér, rozvíjíme dílčí funkce cílenými aktivitami pro jednotlivá mozková centra a to vše s přidanou hodnotou zdravého pohybu cíleného na rozvoj rovnováhy, koordinace a celkové tělesné zdatnosti. S využitím vhodných pomůcek jako jsou ortopedické podlahy, balanční kameny, velké gymbally, overbally, pichlavé míčky a další vzrušující pomůcky, trénujeme rovnováhu, rozvíjíme hluboký stabilizační systém, aktivujeme svalové řetězce, napřimujeme páteř, otvíráme hrudník, podporujeme zdravý vývoj nohou a senzomotoriku celého těla. Trénink jemné motoriky má vliv i na rozvoj řeči. Děti se učí správným pohybovým vzorům při sezení, stání,...klíčová je i práce s dechem a umění relaxace.

**Dopřejte svým dětem využít naplno svůj přirozený potenciál,  
zlepšit motoriku a celkovou zralost nervového systému.**

**Přihlaste je do kurzu “ZDRAVÝM POHYBEM K PODPOŘE nejen ŠKOLNÍHO ÚSPĚCHU”**

Vedoucí kurzu:

**Mgr. Andrea Filipiová,**

speciální pedagog (20 let praxe v oboru), pohybová specialista zdravotní tělesné výchovy, certifikovaná lektorka neuro-vývojové stimulace a jógy

**Mgr. Jaroslava Dobešová,**

odborný pedagog (35 let praxe v oboru), pohybová specialista zdravotní tělesné výchovy, certifikovaná lektorka neuro-vývojové stimulace, nutriční specialista, certifikovaná lektorka správného držení těla a SM systému

Mgr. Andrea Filipiová, IČ: 21660476, e-mail: info@afweb.cz, mobil: 605 231 466

Mgr. Jaroslava Dobešová, IČ: 60583487, e-mail: jaroslava.dobesova@seznam.cz, mobil: 731 511 145