

# Brain Gym® za strokovne delavce

## »GIBANJE ODPIRA VRATA V UČENJE«

(Gail in Paul Dennison)

Brain Gym® je začetni oz. temeljni program v okviru Edukacijske kineziologije (Edu-K) in zaščitna znamka za edukacijski senzo motorni program (avtor: dr. Paul Dennison, ameriški edukacijsko rehabilitacijski specialist).

Izvajamo ga s ciljem pridobiti izkušnje celostnega učenja. Termin edukacija izhaja iz latinske besede educare, kar pomeni »izvabiti«. Termin kineziologija pa je izpeljan iz grškega korena kinesis, kar pomeni »gibanje« in proučevanje gibanja človeškega telesa. V okviru Edukacijske kineziologije raziskujemo in uporabljamo naravne gibalne izkušnje in telesne aktivnosti, ki aktivirajo možgane za optimalno učenje in tako omogočajo učencem vseh starosti izvabiti in optimalno izkoristiti njihove skrite mentalne potenciale. Edu-K je tudi proces spreminjanja (prevzgoje) duhovnega in fizičnega telesnega sistema za lažjo in učinkovitejše izvajanje katerekoli spretnosti ali funkcije. Preprosto bi torej lahko rekli, da:

### **Edu-K pomeni proces vzpodbujanja učenja preko izkušenj naravnega gibanja.**

Vsi procesi v okviru Edu-K temeljijo na predpostavki, da je učenje pomembno in uspešno le, če je integrirano v funkcioniranje posameznika. Učenje pa je integrirano le, če je dostopno, ustrezno in koristno zdaj in za prihodnost. Edu-K proučuje in aplicira specifična gibanja, ki aktivirajo možgane za optimalno shranjevanje in priklic informacij. Je tudi proces za reedukacijo celotnega telesnega sistema za bolj lahkotno in bolj učinkovito funkcioniranje.

### **Razvoj Edu-K**

Postopki opazovanja, testiranja in učenja v okviru Edu-K temeljijo na kliničnih raziskavah avtorja dr. Paul-a Dennison-a in njegovih sodelavcev. Večino postopkov je raziskal dr. Dennison v okviru svojega 30 letnega raziskovalnega dela usmerjenega v vzroke in tretman učnih težav.

### **Povezanost Edu-K z drugimi procesi**

Edu-K procesi nudijo multi dimenzionalno vrsto preverjanj in uravnoteženj povezanih s strukturo in funkcioniranjem telesnega sistema (duhovno/telesnega). Strokovnjaki se strinjajo, da zaostanek v razvoju, prilagoditve in psihični stres ovirajo uporabo našega

celotnega potenciala. Edu-K zavzema pozitiven pristop do celovitega razvoja posameznika, ki je blokiran v svojem funkcioniranju.

Pri razvoju Edu-K procesov je dr. Dennison sledil psihološkim in filozofskim principom, ki se jih je naučil v tradicionalnem izobraževanju:

- ⇒ Vsaka Edu-K učna ura nudi priložnost prisluhni učencu »kje je – kaj « in mu pomagati napredovati toliko, kolikor je sam pripravljen.
- ⇒ Vsaka učna ura nudi učencu priložnost, da opazuje svojo lastno držo in vedenje.
- ⇒ Pozitivne spremembe so nagrajene z izboljšanimi spretnostmi in sidranjem pomembnega učenja.

Edu-K postopek uravnoveženja sledi edukacijskemu modelu, ki učenca vključuje v celoten proces:

- ⇒ pripravo na učenje,
- ⇒ uravnoveženje učitelja in učenca,
- ⇒ postavljanje cilja,
- ⇒ preverjanja trenutnega znanja in spretnosti,
- ⇒ učenja in
- ⇒ ponovnega preverjanja dosežka – napredka ter
- ⇒ sidranje novega znanja spretnosti.

Učitelj pri tem služi kot model, pomočnik in sodelavec.

Edu-K ni nova učna metoda, je le sredstvo in milje v katerem naj se odvija učenje. Edu-K podpira vsak učni program, zgrajena je na osnovi dela ekspertov s področja edukacije. Edukacijska filozofija in jezik, ki dajeta temelj Edu-K, sintetizirata spoznanja nekaj najboljših raziskav in aplikacij v prakso, ki so bila na voljo. Temelj teh procesov je, graditi novo učenje na izkušnjah gibanja, kar so raziskovali Newel Kephart, Ray Barsch, Drs. Doman and Delacato Jean Ayres in drugi. Nadalje je upoštevan učni princip graditi abstraktno na konkretnih izkušnjah, kot so ga opisali Arnold Gesel, Jean Piaget, Maria Montessori. Temelj Edu-K filozofije je tudi podpora individualnemu stilu mišljenja in razvoju posameznika kot jo predlagajo npr. inovatorji John Holt, Carl Rodgers, Howard Gardner, Thomas Armstrong, Linda Clark in Jack Canfield. Nadaljnji okvir referenc Edu-K je podpora osebe znotraj širšega konteksta njegovega socialnega sistema, kot jo je zagovarjal psiholog Alfred Adler in strokovnjak za sodelovalno učenje Spencer Kagan ter njegovi sodelavci.

V Edu-K je vgrajenih tudi nekaj najboljših konceptov iz kineziologije, ki so jih razvili uporabni kineziologi dr. George Goodheart, Sheldon Deal, David Walters, John Diamond in posebno John Thie, Richard Tyler in športni kineziolog Bud Gibbs. Določena Edu-K In Deph preverjanja so enaka ali podobna tistim, ki jih uporabljajo v uporabni kineziologiji. V Edu-K so ti procesi integralni del učnega procesa in veljajo tudi za ocenjevalno orodje. Edu-K je tudi kot kineziologija – študij gibanja, grajena na delu strokovnjakov za gibanje Alexander, Moshe Feldenkrais, Rudolf Laban, Milton Traeger in drugih.

## V čem je Edu-K edinstvena?

Edinstvenost Edu-K med sistemi edukacije in kineziologije je v tem, da Edu-K procesi ne nudijo specifičnega niza rešitev za katerikoli prizadetost. Katerikoli proces lahko razreši katerikoli učno blokado. V Edu-K ni priporočenih »korekcij« za določen energetski sistem, ki ga skozi možganski odgovor preko preverjanje mišic (mišični test) spoznamo za neuravnoteženega.

Procesi korekcije iz drugih sistemov so tudi tu veljavna orodja. Toda v Edu-K ima prednost individualni razvoj lastnega sistema učenja. Učna izkušnja temelji na sintezi edinstvenih potreb učenca in edinstvenih izkušnjah učitelja. Edu-K procesi temeljijo na verbalnem soglasju in neverbalnih procesih dotika kot tudi na interpretaciji ugotovitev.

V Edu-K obravnavamo vsakega posameznika skozi njegove izzive, ki so podobni izzivom vseh drugih in njihovim rešitvam, ki so različne za vsakega posameznika. Kurikulum v Edu-K je zelo širok, temelji na razvojnih spretnostih skupnim vsem, prav tako pa na specifičnih, ki so individualno izbrani cilj. Vsako uravnoteženje temelji na integraciji razvojnih spretnosti z emocionalnimi potrebami in racionalnimi cilji. Učencu pomagamo postaviti in doseči cilj v sproščenem vzdušju, skozi raziskovanje. Edu-K ponuja visoko strukturiran sistem, ki ga lahko uporabljamo spontano in ustvarjalno.

## V Edu-K verjamemo, da je učenje naraven proces

Če verjamemo, da je učenje naraven proces, potem verjamemo, da je:

- ✓ integracija duha in telesa naravno stanje človeka. To je stanje optimalnega učenja in zdravja. Bolezen, prizadetost in stres so varovalni mehanizmi, ki preprečujejo uporabo notranjih sposobnosti.
- ✓ da ljudje, ki živijo v ustreznem okolju, rastejo v pozitivni smeri, kadar so zagotovljene njihove bazične potrebe po hrani, obleki, varnosti in ljubezni.
- ✓ da sta rast in spreminjanje neločljivo povezana v naravi in v človekovih izkušnjah.
- ✓ da je vsak izmed nas pozitivno ali negativno povezan z rastjo vsake druge osebe s katero pride v stik.

Za uspešno naravno učenje je potrebno ta spoznanja tudi upoštevati.

**Temeljni program v okviru Edu-K - Brain Gym®** vas bo opremil z orodjem s katerim boste to tudi zagotovili. Otroke v vrtcih boste vodili v razvijanju in urjenju pomembnih spretnosti za učenje, učencem v šoli pa razvoj teh spretnosti na višjem nivoju, tistim s težavami na posameznih področjih učenja, pa obvladovanje teh težav in stresnih situacij do katerih pride zaradi njih. V prvih letih šolanja, ko učenje največkrat preide iz igre v resno delo, je še posebej pomembno učence izuriti za naravno učenje, saj si v tem času gradijo temelj za nadaljnje izobraževanje in življenje. Da bi otrokom olajšali učenje, v številnih šolah po svetu učijo Brain Gym® aktivnosti.

Vzemite si trenutek časa in si predstavljate, da ste bili ustvarjeni za edinega skrbnika čudovitega telesnega sistema, ki se smeje in giblje, misli in izraža in je sposoben neizmerne kreativnosti. Kritičen del tega presenetljivega sistema so dinamični človekovi možgani, ki niso

le anatomski organ ali računalnik, ki ga je še potrebno programirati, ampak so živa kronika življenjskih izkušenj posameznika. Zmožnost razmišljanja in predstavljanja v katerega ste se popeljali, je vaš dar, ki ste ga prejeli že ob rojstvu. In presenetljivo je, da se ta proces delovanja in igre v življenju nadaljuje v neskončnost.

P. Dennison

Dopustite, da učenje in življenje postane igra in uspeh bo zagotovljen. Gordon Dryden ( The Learning Revolution, Jalmar Press, 1994) pravi, da so posamezniki postali geniji, ker se niso prenehali igrati.

To je proces naravnega učenja v katerem je aktivno celotno telo in ki je individualen. Naloga nas strokovnih delavcev pa je, da otroke, mladostnike v tem izurimo in jim s tem omogočimo optimalen razvoj njihovih potencialov.