

NEURO-VÝVOJOVÁ STIMULACE VE ŠKOLNÍ PRAXI - POHYBEM SE UČÍME®

Základ Neuro-vývojové stimulace (NVS) ve školní praxi tvoří Neuro-vývojová terapie. Testy i cviky vychází z psychomotorického vývoje dítěte a jsou přizpůsobeny



tak, aby mohly být dobře používány i pro větší skupiny dětí. S Neuro-vývojovou stimulací mohou pracovat odborníci jako jsou logopedi, psychologové, pedagogové a speciální pedagogové poté, co úspěšně absolvují úvodní teoretický kurz a pokračovací praktický kurz Neuro-vývojové stimulace u Institutu neuro-vývojové terapie a stimulace.

Program je rozdělen do 30 týdnů, ale samozřejmě je možné podle potřeby cviky cvičit déle. Cviky se dělají každý školní den, přibližně 5-10 minut (například před začátkem učení). Program NVS je použitelný pro celé třídy, nejen pro děti se zjevnými problémy učení.

Cviky jsou různé, od jednoduchého zvedání hlavy až po lezení a používání všech částí těla najednou. Cviky se dělají plynulým a kontrolovaným způsobem. Cviky často napodobují pohybové vzorce 6.- 9. měsíčního dítěte, které jsou základem pro všechny další cílené pohyby, jako jsou například pohyby jemné motoriky. Hodně cviků se provádí vleže na zemi, což pomáhá při rozvoji správného držení hlavy a těla, protože to je základ pro správné držení těla v pozdějším věku. Zlepšujeme schopnost používání a rozlišování levé a pravé strany těla, stejně tak i horní a dolní části těla (což je základní předpoklad pro správnou koordinaci).

Mezi nejdůležitější principy NVS patří to, že u dětí nejdříve začínáme rozvíjet rovnováhu a kombinujeme inhibicí primárních reflexů se zlepšením sensorické integrace, a až později přidáváme další dovednosti. Dalším důležitým principem je to, že NVS využívá přirozený kraniokaudální směr vývoje, to znamená směr od hlavy dolů. Bez toho, abychom správně drželi hlavu, se správně nevyvinou ani další pohybové stereotypy.

Cviky se musí dělat v určitém pořadí. Až se všechny děti naučí cviky provádět zcela automaticky, může skupina pokračovat dalšími cviky. Cviky se cvičí co nejpřesněji. Čím jsou ale děti mladší, můžeme cviky provádět dynamičtěji (rychleji). Každý den se (většinou) cvičí jeden cvik na rovnováhu anebo bodymap, pak jeden cvik na primární reflexy vleže na břicho, jeden na zádech a poslední cvik je na zklidnění nebo na posílení integrace sensorických funkcí. Je ale nutné zdůraznit, že tento program trvá 9-12 měsíců. Každý (školní) den se cvičí cca 10 minut. Pokud se necvičí denně, výsledky nebudou tak uspokojivé.