

Kedy?

5. - 6. február 2013

Kde?

Hotel Medium

Kto?

Mgr. Katarína Sipos

INPP Školský program Metóda INPP a jej aplikácia v praxi



Lektorka je riaditeľka Centra AVARE a prvá licencovaná odborníčka v oblasti INPP metódy na Slovensku.

Existuje množstvo zahraničných štúdií potvrdzujúcich fakt, že v pozadí porúch učenia, správania a koncentrácie často stoja tzv. neuro-fyziologické príčiny. Bolo zistené a dokázané, že kontrola rovnováhy, motorických zručností a integrácia raných (primitívnych) reflexov sú prepojené s dosahovaním akademického úspechu. Deti s poruchami učenia, koncentrácie a správania majú obvykle oslabenú hrubú a jemnú motoriku, rovnováhu a koordináciu. Na úrovni centrálnej nervovej sústavy naďalej pretrváva prítomnosť primitívnych reflexov, ktoré brzdia v plnom prejavení skutočného potenciálu dieťaťa. Inými slovami, jedná sa o oneskorený vývin nervovej sústavy alebo neuro-motorickú nezrelosť, pričom vo väčšine prípadov ide o veľmi bystré, zdravé deti. Nezrelosť CNS sa môže prejaviť v podobe porúch učenia, správania, koncentrácie, ADD, ADHD, problémov s motorikou či koordináciou.

Zistilo sa, že akonáhle sa zlepší motorika, koordinácia a rovnováha, potlačia sa primitívne reflexy, rozvinú sa posturálne, výkon dieťaťa sa výrazne zlepší, je podstatne koncentrovanejšie, pokojnejšie, samostatnejšie, zlepši sa verbálny ale aj písomný prejav. V konečnom dôsledku ľahšie zvláda školu, problémy s čítaním či písaním miznú, alebo sú podstatne miernejšie, zlepši sa orientácia v priestore a zrakovo-motorické funkcie.

Inštitút neuro-fyziologickej psychológie v Chestri (UK) vypracoval **jedinečnú metódu INPP**, ktorá je v podobe jednoduchých špecifických telesných cvičení ľahko aplikovateľná v školskom prostredí (cca 10 min. denne). **INPP je vývinová metóda**. Kopíruje teda prirodzený zdravý motorický vývin dieťaťa. Je neinvazívna, bez potreby použitia chemických medikamentov.

Pre koho je kurz určený?

Kurz je určený predovšetkým učiteľom základných škôl, špeciálnym pedagógom, psychológom, pracovníkom detských domovov, či iným odborníkom v pomáhajúcich profesiách.

Zaujala vás metóda INPP?

Nepremeškajte možnosť zoznámiť sa s jedinečným INPP školským programom!
Pre viac informácií o metóde INPP nájdete na www.avare.sk.

Prihláška na kurz

Skúsenosti zo slovenských škôl, aplikujúcich INPP Školský program v praxi:



Mám dieťa, ktoré podstupuje pohybový program INPP v škole. Pravidelne sme navštevovali špeciálno-pedagogickú poradňu, kde s ním pani pedagogička cvičila, pomáhala mu s poruchami učenia, pretože ťažko čítal, písal a sústredil sa. Odkedy cvičí program INPP ho vnímam ako pokojnejšieho, vyrovnannejšieho, lepšie sa sústreďí, neodmieta tak výrazne školu a učenie mu ide ľahšie. Som vďačná za to, že sa naša škola na tento program dala!
rodič, ZŠ Bratislava

Čo je to školský program INPP ?

Školský program INPP vyvinul Inštitút neuro-fyziologickej psychológie v Chestri (UK). V roku 1970 vytvoril zakladateľ tejto metódy Peter Blythe klinický program, ktorý bol realizovateľný v individuálnej forme s klientmi. Detí, ktoré by však z neho mohli profitovať bolo podstatne viac. Bolo preto žiaduce vytvoriť program adaptovaný **na potreby väčších skupín v školskom veku a prostredí.**

Sally Goddard Blythe takýto program spracovala a od roku 1996 zaviedla do praxe. Dnes sa používa v mnohých krajinách sveta a je bežnou súčasťou základných škôl v zahraničí. Je neustále priebežne doplňaný a upravovaný na základe nových poznatkov zo školskej praxe i z neurofyziológie.

Ako sa používa v praxi ?

Školský program INPP pozostáva z jednoduchých špecifických cvikov, ktoré sú vykonávané v stoji alebo v ľahu na bruchu a na chrbte. Tieto cviky pomáhajú rozvíjať správne držanie hlavy (základ správneho držania tela), používanie pravej a ľavej strany, hornej a dolnej časti tela v rozličných polohách (základy koordinácie), v dôsledku čoho sa zlepši jednak motorika, koordinácia a rovnováha dieťaťa, ale aj samotný výkon v škole. Všetky aktivity ako písanie, čítanie, sú aktivity motorické, vyžadujú dobré plynulé

Skúsenosti zo slovenských škôl, aplikujúcich INPP Školský program v praxi:



„Naše deti, s ktorými cvičím sú viditeľne lepšie v správaní, i v učení. Pani triedna učiteľka ich chváli, že sa upokojili a lepšie počúvajú, čítajú a vnímanie sa zlepšilo na prekvapujúcu úroveň aj u žiakov mimoriadne neposedných a rozptýlených. Som naozaj veľmi rada, že INPP takto náramne pomáha deťom, ktoré cvičia.“

ZŠ Levice

INPP je pohybový program. Ako je iste známe, pohybových programov je na svete viacero. INPP školský program je však v porovnaní s nimi postavený na iných základoch. Z hľadiska zapájania centrálnej nervovej sústavy pracuje s nižšími mozgovými štruktúrami, ktoré sú najviac aktívne v prvých mesiacoch života dieťaťa.

Jedným zo základných rozdielov medzi programom INPP a inými programami (ako je napr. Dore programme), ktoré sú momentálne dostupné pre zdokonaľovanie koordinácie a rovnováhy je, že **INPP cvičenia prenesú deti na úplný začiatok učenia sa motorickým zručnostiam** (rovnováhy a koordinácie), do prvého roku života.

pohyby očí, koordináciu ruky a oka a pod. Z toho dôvodu - akonáhle sa zlepši motorika, potlačia sa primitívne reflexy, môže dieťa začať naplno prejavovať svoj potenciál.

Najnáročnejšou úrovňou pohybu je schopnosť ostať v úplnom pokoji. Kým dieťa nenadobudne kontrolu nad svojimi pohybmi a schopnosť pokojne stáť alebo sedieť, nebude schopné dostatočnej koncentrácie, čo v konečnom dôsledku negatívne ovplyvní jeho študijné výsledky a správanie.

Cviky sa cvičia 10 minút každý školský deň v skupinách. Deti vykonávajú cviky naraz, pod vedením certifikovaného učiteľa. Školský program INPP je viazaný na školský rok. Cviky sa postupne pridávajú, menia, stupňuje sa ich náročnosť, pričom kopírujú zdravý motorický vývin dieťaťa.

Všetky pohyby sú založené na pohybových vzorcoch dieťaťa, nadobúdaných v prvých 6-9. mesiacoch života a tvoria základ pre všetky následné vôľové pohyby vrátane jemnej motoriky, potrebnej neskôr na písanie.

Skúsenosti zo slovenských škôl, aplikujúcich INPP Školský program v praxi:



„Tento program skutočne funguje! Mám triedu s deťmi, ktoré majú problém s koncentráciou, pracuje sa s nimi naozaj ťažko. Už krátko po tom, ako som s nimi začala program cvičiť sa viditeľne upokojili, dlhšie sa dokážu sústrediť, motoricky sú obratnejšie a zlepšili sa aj v čítaní. Som odhodlaná rozšíriť tento program na celý prvý stupeň našej ZŠ!“

ZŠ Bratislava

Program je navrhnutý pre celú triedu, alebo pre vybranú skupinu detí podľa potreby.

Po absolvovaní tohto kurzu budete presne vedieť ako diagnostické testy správne používať a ako aplikovať jednotlivé cviky školského programu vo svojej práci s deťmi.

5. február (utorok)

- 8:45** Registrácia
- 9:00** Teoretické základy INPP metódy
- Úloha pohybu z hľadiska zmyslového poznávania a koordinácie
 - Objasnenie primitívnych a posturálnych reflexov a ich dôležitosť vo vývine
 - Zhrnutie výskumu o vplyve abnormálnych reflexov na poruchy učenia, správania a koncentrácie
- 12:30** Obedová prestávka
- 13:15** Diagnostika - oboznámenie sa s testovou batériou pre 4.-6. ročné deti a 7,5 a viac ročné deti
- 17:00** Záver

1. deň kurzu je určený všetkým odborníkom bez ohľadu na to, či pracujú s deťmi individuálne alebo skupinovo.

Absolvovanie prvého dňa vás oprávňuje vykonávať skriningovú diagnostiku vo svojej praxi.

6. február (streda)

- 8:45** Registrácia
- 9:00** Praktický nácvik jednotlivých cvikov, 1. časť
- 12:30** Obedová prestávka
- 13:30** Praktický nácvik jednotlivých cvikov, 2. časť
- 16:30** Záver

2. deň kurzu je určený výhradne odborníkom, ktorí pracujú s deťmi skupinovo, teda predovšetkým učiteľom ZŠ a MŠ.

Absolvovanie obidvoch dní vás opravňuje vykonávať skriningovú diagnostiku a intervenciu (pohybový program INPP) vo svojej praxi.

Cena za celý kurz: 140 €

V poplatku je zahrnuté:

- študijný materiál (kompletný manuál k používaniu školského programu INPP v slovenčine)
- občerstvenie
- osvedčenie o absolvovaní

Ďalšie pokyny:

- Počet miest je limitovaný!
- V prípade záujmu vyplňte prosím prihlášku, ktorú nájdete **na tomto odkaze**.
- **Uzávierka prihlášok je 1. 2. 2013!**
- Každý účastník dostane emailom po vyplnení prihlášky potvrdenie účasti a taktiež podrobné informácie k platbe. Účastnícky poplatok preto uhrádzajte až po obdržaní tejto výzvy.
- Účastnícky poplatok vraciamy iba v prípade zrušenia kurzu!
- Presná adresa hotela: **Hotel Medium, Tomášiková ul. 34, 821 01 Bratislava**
- Po skončení kurzu dostanú účastníci osvedčenie o jeho absolvovaní.
- Pre viac informácií o metóde INPP pozrite **www.avare.sk**

Upozornenie: Používanie kamier a akéhokoľvek nahrávacieho zariadenia počas kurzu je možné len so súhlasom organizátora a prednášajúceho!

Otázky? Kontaktujte nás!



Mgr. Katarína Sipos

Centrum AVARE s.r.o.
Cementárska 15
900 31 Stupava

T: **+421 902 938 835**

E: **avare@avare.sk**

W: **www.avare.sk**

Mgr. Katarína Sipos je jedinou licencovanou odborníčkou s viacročnou praxou v neurofyziologickej psychológii (INPP metóda) na Slovensku.