



Little Movers i din børnehave...

Little Movers har designet et program som supplement til København kommunes pejlemærker for deres børnehaver. Vi dækker følgende pejlemærker under vores sessioner:

Sociale relationer: Vi lærer at relatere til hinanden under sessionerne, vi lærer at vente på tur samt at respektere hinanden.

Gennem brugen af korte historier og digte lærer vi om relationer mellem personer, og når vi opfører historien lærer vi om konsekvensen ved adfærd (hvad vil ske, hvis vi gør ...?) og taler om personernes følelser; (tror du, at de føler glæde, sorg, vrede ...?) Gennem bevægelse kan vi introducere en anden måde at udtrykke vores følelser på, hvilket kan være meget gavnligt for børn i denne aldersgruppe. Sessionerne er konkurrencefri og har fokus på det enkelte barns mål.

Inklusion og fællesskab: Vi lærer at arbejde sammen som par og gruppe – potentielle problemer løses, idéer deles og der er interaktion mellem børnene og mellem børn og lærer.

Sprogindsatsen: Undervisningen foregår på dagligdagsengelsk, en introduktion til sproget som er sjov og indbyder til et miljø hvor vi bevæger vores kroppe udtrykfuldt og lærer de tilsvarende ord; stor, højt, lille, tung, hurtig, langsom, trist, glad osv. Når vi hopper lærer vi ligeledes at tælle på engelsk. Vi opfordrer børnene til at interagere i stedet for at blive fortalt, hvad de skal gøre. Det giver børnene større mulighed for at lære gennem leg og bevægelse (kinæstetisk). Læreren har kendskab til dansk, så hvis det er nødvendigt kan øvelserne forklares på dansk.

Grov motorik: I begyndelsen af hver time laver vi 'hjerne dans' (læs mere nedenfor). Vi inkluderer aktiviteter og lege ved at bruge musik knyttet til følgende: koordination, balance, det vestibulære system, 'cross lateral' bevægelse, rumlig bevidsthed, motor planning (stop/start evnen til at bevæge kroppen med passende sekventering og timing), retning, kropsholdning, 'proprioception' (at vide, hvor langt man kan løbe mod et objekt før man hopper over). Udover ovenstående er vores mål for sessionerne at forbedre børnenes styrke, blive mere sikker på brugen af deres kroppe, blive opmærksomme på sig selv samt sansende stimulation.

“Stærke beviser understøtter sammenhængen mellem bevægelse og læring. Beviser fra anatomiske studier og klinisk data viser, at moderat motion øger de kognitive processer. Det øger ligeledes antallet af hjerneceller. Og som en bonus kan det reducere fedme blandt børn. Bevægelse bør blive en lige så vigtig del som 'bog arbejde'. “Vi har brug for at

afsætte ressourcer til at udnytte den skjulte magt, som bevægelse, aktiviteter og sport har.” (Eric Jensen, forfatter til: Undervisning med hjernen i tankerne.)

Hvad er "Braindance" (hjerne dans)?

Anne Green Gilbert har udviklet en række øvelser; kaldet 'hjerne dans'. Den består af otte udviklingsmæssige bevægelsesmønstre. Hvert nyt menneskes nervesystemet skal gå gennem disse serier af udviklingsmæssige bevægelsesmønstre før hjernen kan fungere på sit fulde niveau. Disse grundlæggende bevægelser eller primære reflekser følger efter hinanden i en vigtig og ordnet sekvens. Hvis nogle af disse bevægelser bliver sprunget over eller kun gjort delvist, kan det resultere i vanskeligheder i kroppens koordination, opmærksomhed, læring og 'skill acquisition'. Unintegrerede reflekser bidrager også til social umodenhed og angst hos både børn og voksne. Den gode nyhed er, at ved genbesøge de 'tabte' skridt og integrere dem - kan hjernen blive omorganiseret til at skabe et nervesystem, der virker effektivt. Og det er her, at 'hjerne dans' kommer ind i billedet.

Mønstre for 'hjerne dans'

Breath/Åndedrag

Tactile/Taktil (sansesystem)

Core-Distal/strække kroppen

Head-Tail/hovede og lavere ryg

Upper-Lower/Øvre-nedre

Body Side/venstre side og højere side

Cross Lateral/modsat

Vestibular/vestibulær





Hvorfor bør I have 'Little Movers' I jeres børnehave

Omfattende 'bistået' bevægelse i løbet af dagen gør børn mindre urolige og mere fokuserede på læring. 'Little Movers' fokuserer på alle områder inden for udvikling ved hjælp af sjove, interaktive, energiske spil og aktiviteter. Børnene lærer grundlæggende færdigheder gennem leg. Forbedring på opgavens adfærd, udfordringer er blandt de mest åbenlyse fordele ved at tilføje fysiske aktiviteter til din undervisnings værktøjskasse .

Vi tilbyder ugentlige sessioner (kontakt for priser)

Vi tilbyder 4x45 minutters sessioner plus en opfølgningssession til pædagogen (kontakt for priser)

Vi tilbyder 6x30 minutters sessioner plus en opfølgningssession til pædagogen (kontakt for priser)

Opfølgningens session er for pædagogen (30-40 minutter), hvor vi kan give information, idéer, lektionsplaner og ressourcer til fortsættelse af de sessioner som en del af en almindelig børnehaveaktivitet.

[Kontakt os](#) for en GRATIS 20 minutter prøve session, for at se hvor meget børnene kan nyde godt af kreative bevægelse lektioner.