

Laura Ridikaitė

Kineziterapeutė, Kauno jogos asociacijos ir federacijos narė. Specialistė, kuri ne tik atsidavusi savo darbui, bet ir sugebanti užmegzti stiprų ryšį su savo klientais. Turi patirties dirbant su sunkią negalią turinčiais vaikais (cerebrinis paralyžius, autizmo spektro sutrikimai, mielomeningocelė, mišrus raidos sutrikimas). Šiuo metu veda jogos užsiėmimus kūdikiams, moksleiviams, moterims po gimdymo. Taip pat dirba sveikatingumo ir sporto centre, kuriame veda mankštas baseine. Laura trykšta pozityvumu ir energija, kuria dalinasi su aplinkiniais.

Užsiėmimų tikslas vaikams su įvairiapusiais raidos sutrikimais.

Vaikai mokysis:

- ✓ klausyti ir suprasti,
- ✓ valdyti neigiamas emocijas,
- ✓ taisyklingos laikysenos pagrindų,
- ✓ erdvinio kūno pajutimo,
- ✓ lavins savo vaizduotę,
- ✓ stiprins dėmesio koncentraciją,
- ✓ įgis daugiau socialinių įgūdžių.
- ✓ Judesio pagalba, sustiprins savo kūną, pagerins lankstumą.

Užsiėmimų tikslas paaugliams su regėjimo sutrikimais.

Vaikai mokysis:

- ✓ susikcentruoti į savo pojūčius ir jausmus,
- ✓ orientuotis erdvėje,
- ✓ taisyklingai kvėpuoti, skirtingų kvėpavimo technikų, kurios padės susikaupti, atsipalaiduoti, nurimti,
- ✓ mokysis taisyklingų padėčių, stiprindami raumenyną bei gerindami kūno lankstumą.

Ivan Gavriljev

Vaikų ligų gydytojas. Nuo 2015 m. dirbu Vaikų reabilitacijos ligoninėje "Lopšelis". Darbo kryptis: vaikų su negalia abilitacija ir reabilitacija, bei jų pediatriinės problemos. Nuo 2015 m. esu Lietuvos jogos asociacijos (LJA) narys, bei vaikų jogos instruktorius Kauno jogos studijoje. Aktyviai dalyvauju LJA organizuojamuose visuomeniniuose projektuose. Daugiausia dirbu su mokyklinio amžiaus vaikais.

Vaikai su regėjimo sutrikimais:

Pastebėta, kad vaikų su regėjimo sutrikimais motorinė raida atsilieka nuo bendraamžių. Nesant galimybės matyti, vaikui sunku pasitikėti supančiu pasauliu. Todėl šie vaikai bijo judėti aplinkoje, dėl ko gauna nepakankamai stambiosios motorikos įgūdžių. Užsiėmimų metu vaikai išmoks saugiai atlikti jogos pozas (asanas) ir jų kombinacijas (sekas), sustiprės fiziškai. Bus praktikuojami kvėpavimo pratimai nukreipti į bendrą sveikatingumą, nusiraminimą, dėmesio koncentraciją. Bus atkreipiamas dėmesys į vaiko vidinius pojūčius, lavinsime vidinės pusiausvyros įgūdžius. Bus atliekamos atsipalaidavimo praktikos.

Vaikai su įvairiapusiais raidos sutrikimais:

Žaidimo forma vaikai bus skatinami judėti, atlikti įvairias užduotis ir pratimus. Užsiėmimų metu bus laikomasi struktūros, pateikiamos vizualinės instrukcijos (PECS sistema), atkreipiamas dėmesys į vaiko sensorinės integracijos ypatumus. Vaikai bus skatinami bendradarbiauti, lavinti pažintinius įgūdžius ir dėmesio perkėlimą ir išlaikymą. Taip pat vaikai lavės fiziškai, atras naujus pojūčius.