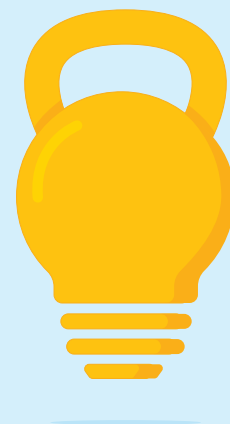


GRÅK INSTRUKTØR certificering

Socialpædagogisk bevægelse og mentalisering i praksis





Alt om certificeringen

Certificeringen som GRÅK Instruktør er for dig som er:

Lærer, pædagog, institutionsleder og -ansat som selv ønsker at gennemføre og tilbyde GRÅK aktiviteter i praksis.

Certificeringen kan også rettes mod foreningsledere og trænere i øvrige fysiske tilbud.

Certificeringens formål:

Certificeringen giver dig bred indsigt i socialpædagogisk bevægelse, mentalisering, styrkeblik, GRÅK PLAY metoden, samt hvilke undervisningskompetencer du behøver for at forestå undervisningen.

Det får du ud af certificeringen:

Som GRÅK Instruktør bliver du i stand til at planlægge, tilrettelægge og udføre undervisningen af GRÅK PLAY til de unge samt deres GRÅK MENTOR, kontaktperson og/eller samarbejdspartnere.

Du vil kunne planlægge og sikre en struktureret tilgang til det at bevæge sig i en skole, på en daginstitution eller andre instanser, hvor det kan være svært at skabe et skaleret bevægelsestilbud til alle unge, grundet deres forskellighed i bevægelsesmuligheder.

Certificeringen slutter af med 'hands on' undervisning samt supervision.

Forudsætninger:

Erfaring med instruktion i idrætsaktiviteter. Eller erfaring med pædagogik.

Certificeringsbevis:

Der udstedes GRÅK instruktørlicens som er gyldigt i 2 år.
GRÅK mærket må kun anvendes med gyldig licens.

MODUL 1-1:



Om unges udfordringer med bevægelse, ernæring, søvn/hvile, regulering og mangelfuldt selvkendskab. Vi introducerer kroppens ABC, kropslig reframing, de 3 paratheder og GRÅK PRIMAL.

MODUL 1-2:



Om en ny forståelse af "fitness", GRÅKs biomekaniske principper, Kroppens Kontinuum og GRÅK BASIC.

MODUL 2:



Om mentalisering i et GRÅK-perspektiv, herunder tilgangen S.M.Å. skridt og hvordan vi skaber et mentaliserende rum.

Afprøvning af GRÅK PLAY.

MODUL 3:



Om den pædagogiske relation, ungefællesskaber, bevægelseskultur, GRÅKs tommelfingerregler samt GRÅKs styrkeblik.

MODUL 4:



Om GRÅKs programlægningsprincipper, undervisning i praksis, parathederne genbesøgt samt forankring af indsats.

**Alle dage er fra 09-15.*

**På alle moduler skal vi bevæge kroppen, så man bedes møde op i tøj, der muliggør dette.*

DET SIGER ANDRE OM GRÅK:

"Jamen for det første er det sjovt. Jeg synes nogle gange har det jo nærmest karakter af leg, når man står og slår på et dæk med nogle hamre fx. Så det er sjovt i modsætning til meget andet. (...) Så det handler mere om at have det sjovt og bruge kroppen, end at man skal se ud på en bestemt måde."

- ung i GRÅK

"Jeg synes jeg får bedre selvtillid af at være herinde fordi at hver gang jeg går herfra, så har jeg en mega fed følelse i kroppen fordi jeg føler, hver gang jeg opnår noget nyt eller har kæmpet ekstra hårdt, så får jeg sådan en følelse af, at nu kan jeg klare det hele"

- ung i GRÅK

"De eneste gange, hvor jeg rent faktisk sover om natten, det er de dage, hvor jeg har været til træning."

- ung i GRÅK

"Jeg har været lærer i 20 år og været på en hel del uddannelser, men det her er den bedste jeg nogensinde har været på."

- Stine Mathiesen, FGU deltager på GRÅK Instruktør

"Jeg synes ikke kun I skal arbejde med et særligt område, jeg synes alle bør have jeres pædagogiske tilgang."

- Henrik Weirauch, FGU deltager på GRÅK Instruktør

"Jeg gad godt der var 10 undervisningsgange, også fordi det har været vildt godt for os som kollegaer at deltage. Det har givet så meget energi!"

- Poul Christian Ortved, FGU deltager på GRÅK Instruktør

