

## Heltetræner Aspirant

**Den Specielle Helt:** Kursus for alle interesserede specialpædagoger- og lærere i Heltetræning  
**Grundkursus om Helteskolen:** Forståelsen bag Heltetræning

**Antal deltagere:** min. 4 – max. 12

**Sted:** Afhænger af antal deltagere.

**Pris:** 6500 kr. – inkl. kursusmateriale, som senere kan bruges til Heltetræning på deltagerens arbejdsplads.

**Varighed:** i alt 3 måneder

To dage fra kl. 9-15

En dag fra kl. 9-13

En eksamensdag ca. 2 måneder efter kursusstart.

Ønskes et seminar for min. 5 personer på et andet tidspunkt, så er dette også muligt.

**NB:** Afholdes kurset mere end en halv times kørsel fra København, vil der blive påregnet et kørselstillæg, som bliver lagt til kursussen.

**Grundkursus om HELTESKOLEN:** Forståelsen bag Heltetræningen.

**1. Teori:** Der vil være en grundig gennemgang af teorien omkring Heltetræning; fx aflæsning af kropssprog, gennemgang af de forskellige typer specialbørn; de indadvendte og udadvendte. Deltagerne vil også få nogle redskaber til det inkluderende arbejde med specialbørn med diagnoser.

**2. Praksis:** Heltetræningen for Den Specielle Helt

Konflikthåndtering, opførsel og dannelse er nogle af omdrejningspunkterne i Heltetræning, og her vil I få nogle metoder, som nemt kan inkluderes i jeres daglige arbejde med specialelever. Adfærdstræning med regler som motiverer og hjælper til at få bedre vaner, der regulerer særpræget. De unge vil lære at tune ind fysisk og mentalt, og dermed bliver bevidstgjorte inden de går i gang med deres opgaver.

**Heltetræning:** Derudover vil kurset også omhandle kropsøvelser, der kan skabe ro og koncentration i kroppen – særligt anvendeligt i et undervisningsmiljø og i forhold til unge med diagnoserne ADHD, OCD, Tourette, asperger og adfærdsproblematikker.

**3. Heltetesten:** 3 måneder efter kursusstart er der Heltetest. Her vil deltagerne modtage deres certifikat som Heltetræner, hvilket gør det muligt, for deltagerne at lave Heltetræning på deres egen arbejdsplads.

**OBS:** Dette kursus er kun til brug på egen skole eller specialskole.