

TURBOHOLDDET

– en vej til øget motivation
og venskab

BØRNETERAPIEN

Fysioterapeut Nilüfer Engel Tekelioglu og
Ergoterapeut Pernille Hanegård

Historie og udvikling af holdet

- ▶ Oprindelige tanker og formål, sommeren 2011:
 - Flere terapeuter arbejdede med børn med CP, der manglede motivation efter mange års individuel træning
 - Det var først et forsøg med to drenge med højresidig hemiplegi
 - Træningen var i høj grad tilrettelagt ud fra diagnosen
 - Der kom løbende flere og flere børn; et hold var etableret
 - Senere kom børn med andre diagnoser til
- ▶ Nuværende form
 - Seks børn i alderen 10–13 år
 - To børn med CP, tre børn med opmærksomheds- og udviklingsforstyrrelser, et barn uden diagnose
 - Tre ergoterapeuter, tre fysioterapeuter i alderen 25–53 år ☺
 - Træning 45 minutter én gang ugentligt
 - Ydelsen bevilges/fornyres årligt eller halvårligt

Inklusionskriterier

- ▶ Kronisk handicap eller funktionsnedsættelse
- ▶ Aldersgruppe 8 – 14 år
- ▶ Skal have selvstændig gangfunktion
- ▶ Skal kunne indgå i fællesskab eller have potentiale for det

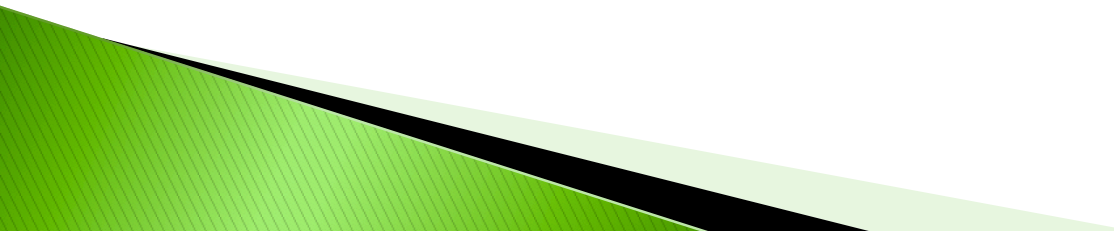
Formål

- ▶ At øge motivation for træning
- ▶ At profitere fysisk og kognitivt af at samarbejde med andre børn med psykomotoriske udfordringer
- ▶ At bedre børnenes forståelse for kollektive beskeder
- ▶ At inddrage begge kropshalvdele
- ▶ At træne med høj intensitet
- ▶ At facilitere en god overgangsfase til idræts- eller fritidsaktivitet

Planlægning

- ▶ Tværfaglig forberedelse, udførelse og målsætning
- ▶ Hver øvelse er tilrettelagt med henblik på:
 - At styrke begge kropshalvdele
 - Bevægelse i fuld bevægebane
 - Kontrakturprofylakse
 - Opmærksomhed på og medinddragelse af begge sider
 - Opnåelse af en mere dynamisk kropsholdning
- ▶ Terapeut ved hver øvelse for at sikre god kvalitet i øvelserne ud fra barnets udfordringer
- ▶ Fælles aktiviteter med individuel tilpasning
- ▶ Øget aktivitetsniveau
- ▶ Forældreinddragelse

Indhold

- ▶ Styrke: forhindringsbaner, specifikke styrkeøvelser for OE, UE og truncus
 - ▶ Kondition: løb udendørs, på løbebånd og på trapper, stikbold med øvelser i "død"-pauserne, hold-frisbee
 - ▶ Koordination: kampsport, boldspil, forhindringsbaner, tohåndsaktiviteter, speedstacking, speedball
 - ▶ Kognitiv træning: hukommelsesøvelser, visuelle- og strategiske opgaver
 - ▶ Kompenserende (ex. hjælpemidler) og korrigerende træning
 - ▶ Årstidstilpassede aktiviteter; kastanjedyr, juleklip, udendørs løb, klatring på store sten og bevægelse på ujævnt underlag
- 

Fremtid og diskussion

- ▶ Overlevering til fritidsaktiviteter/sport
- ▶ Overførselsværdi
- ▶ Målinger/interview om effekt på sociale/kognitive parametre
- ▶ En øvelse om ugen som hjemmetræning
- ▶ Forældreinddragelse

Citater

- *Dictes mor siger, at Dicte er blevet meget stærkere i sine ben efter hun er begyndt på Turboholdet. Det kunne vi tydeligt mærke, da vi var på skiferie i år.*
- *Bertram siger, at det bedste ved holdet er sammenholdet, at man bakker hinanden op, at det er nemmere at motivere sig selv, når det er holdtræning. Det er godt at være blandt børn, der har det på samme måde – det giver succes.*