

## NECESSIDADES ESPECIAIS CONFIDENCE BUILDERS

O NexGym é um espaço inovador em Portugal, sendo uma das suas principais apostas, as aulas de Confidence Builders. Estas aulas são constituídas por um programa específico, para crianças e jovens com Necessidades Especiais e que necessitam de uma orientação mais personalizada, efectuada por técnicos devidamente habilitados.

### Distúrbio do Défice da Atenção

Hiperactividade

Autismo

Síndrome de Asperger

Distúrbios Sensoriais

Problemas Comportamentais

Deficiência Mental

Síndrome de Down

Paralisia Cerebral

Atraso Global do Desenvolvimento

...Outros...



O NexGym tem ao dispor equipamentos da mais alta tecnologia, alguns deles *únicos e exclusivos* em Portugal, proporcionando a estas crianças e jovens uma intervenção ao seu mais alto nível, pois permite conciliar diversão e prazer, com resultados significativos no seu comportamento e/ou desenvolvimento.

Todo o equipamento e materiais existentes no NexGym foram criados com objectivos concretos e específicos, permitindo de facto, melhorar a qualidade de vida das crianças e jovens com necessidades especiais, ao nível do desenvolvimento motor, cognitivo e/ou social.

### OBJECTIVOS ESPECÍFICOS

- Mudar comportamentos psicomotores;
- Educação e reeducação motora e psicomotora;
- Promover a componente lúdica;
- Motivar para actividades futuras;
- Promover autoconfiança, independência e autonomia;
- Promover saúde e condição física;
- Melhorar a auto-estima;
- Ajudar no controlo de comportamentos agressivos;
- Promover e encorajar o movimento;
- Desenvolver capacidades motoras funcionais com transferência para AVD's (actividades da vida diária);
- Melhorar a tolerância a regras e a tolerância pelos outros;
- Criar sentimento de pertença num grupo;
- Prevenir o excesso de peso e suas complicações.

### BENEFÍCIOS DAS AULAS DE CONFIDENCE BUILDERS



A base de trabalho é a Psicomotricidade, sendo esta uma área que tem por principal objectivo, estudar e compensar a expressão motora inadequada ou inadaptada em diferentes áreas, ligadas a problemas de desenvolvimento e maturação psicomotora, assim como de comportamento e aprendizagem de âmbito psico-afectivo.

As características das aulas de Confidence Builders e a prática regular de actividade física nas crianças e jovens com necessidades especiais, além de proporcionar todas as vantagens inerentes à mesma, permite aumentar as suas competências, que se traduzem num aumento do desempenho psicomotor.

**Ao frequentar o NexGym e as aulas de Confidence Builders, está a utilizar uma poderosa ferramenta no combate à exclusão, tendo como grande aliado, a ludicidade característica da actividade física.**

### COMO FUNCIONA ?



As grandes áreas de intervenção encontram-se a 3 níveis:

**Incidência corporal**, trabalhando factores tónico-emocionais, perturbações do esquema corporal, estruturação espaço-temporal;

**Incidência relacional** referente a questões relacionadas com a comunicação e contacto, assim como no controlo da hiperactividade e agressividade;

**Incidência cognitiva** onde é trabalhada maioritariamente a atenção, memória e organização perceptiva.

Considerando que cada criança tem características específicas, e o que o diferencia é a sua heterogeneidade, será efectuada uma avaliação individual de forma a encontrar a resposta mais aproximada e adequada às suas necessidades.

Serão estabelecidos objectivos específicos para cada criança, tendo em conta as suas capacidades e necessidades, actuando principalmente ao nível da prevenção, educação e reeducação.