

Mitii – Move it to improve it



Mitii - 2019
Vorráðstefna

Helene Elsass Center



Ný vitneskja og þekking getur leitt til þess að við þurfum að endurmeta og jafnvel breyta gömlum þjálfunaraðferðum og gildum.

Neuroplasticity



- Lengi var haldið fram að taugafurum gæti ekki fjölgað. Þannig væri heilaskaði í raun óbætanlegur.

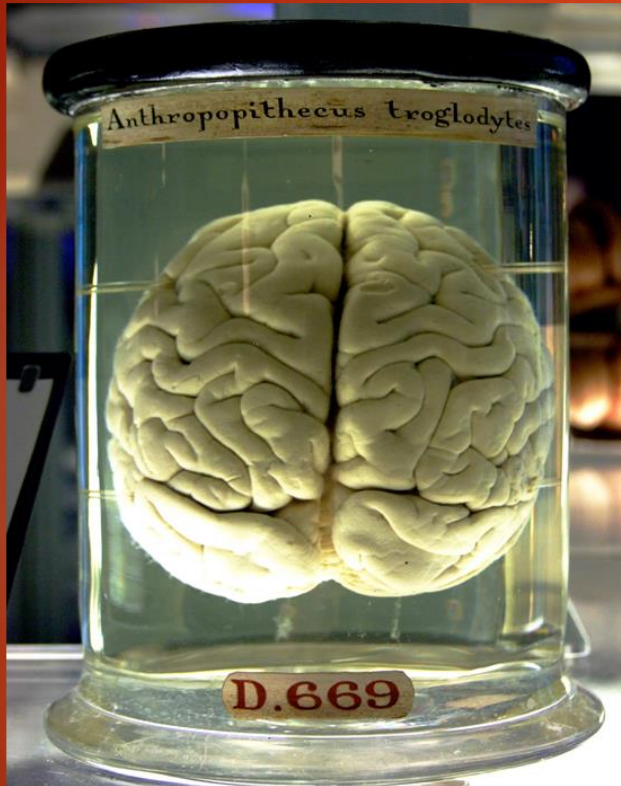
Neuroplasticity



- Starfsemi heilans breytist sífelld á lífsleiðinni bæði vegna samspils erfða og umhverfis og einnig þróast hann við nám og **þjálfun**.
- Þótt heilinn sé aðeins um 2% af heildarþyngd líkamans krefst hann 20% af orkunni sem líkaminn notar.

Heilinn hrörnar ef við notum hann ekki

Neuroplasticity



**Brain
is
Body**

**Body
is
Brain**



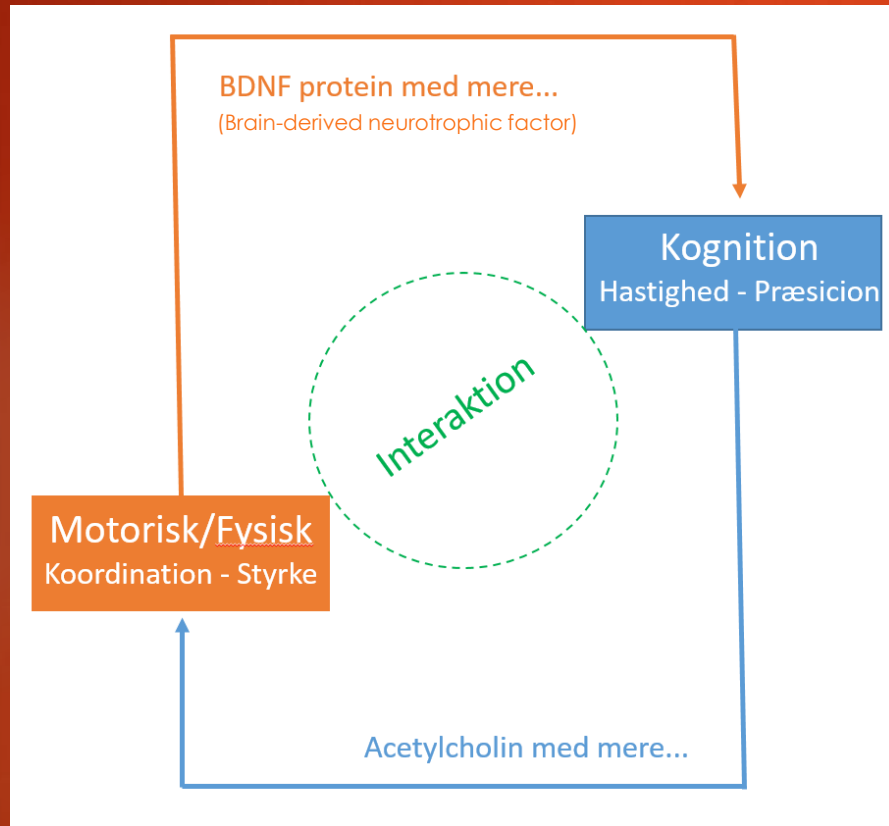
Anthony Randal McIntosh:

„Regions may be „critical“ for a particular operation, but the operation itself arises from combined actions of many regions“

*Department of Psychology
University of Toronto*



Neuroplasticity



Anthony Randal McIntosh:

„Regions may be „critical“ for a particular operation, but the operation itself arises from combined actions of many regions“

Department of Psychology
University of Toronto



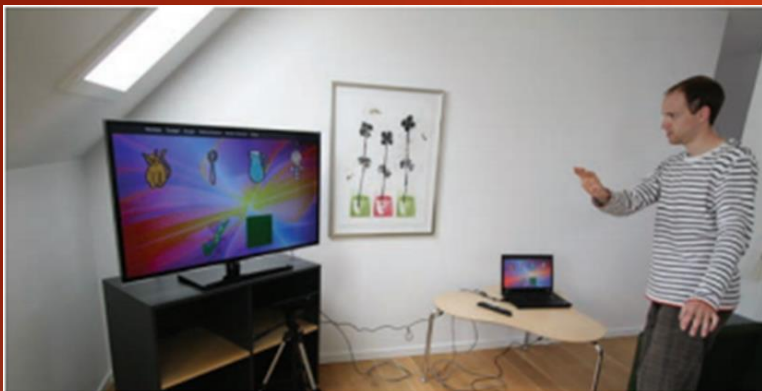
Neuroplasticity

- aðlögunarhæfni heilans

- ▶ Tíð ástundun (intensive).
- ▶ Þjálfunin þarf að vera krefjandi (challenging)
- ▶ Margar endurtekningar (repetitive).
- ▶ Virk þátttaka einstaklingsins (paying close attention)



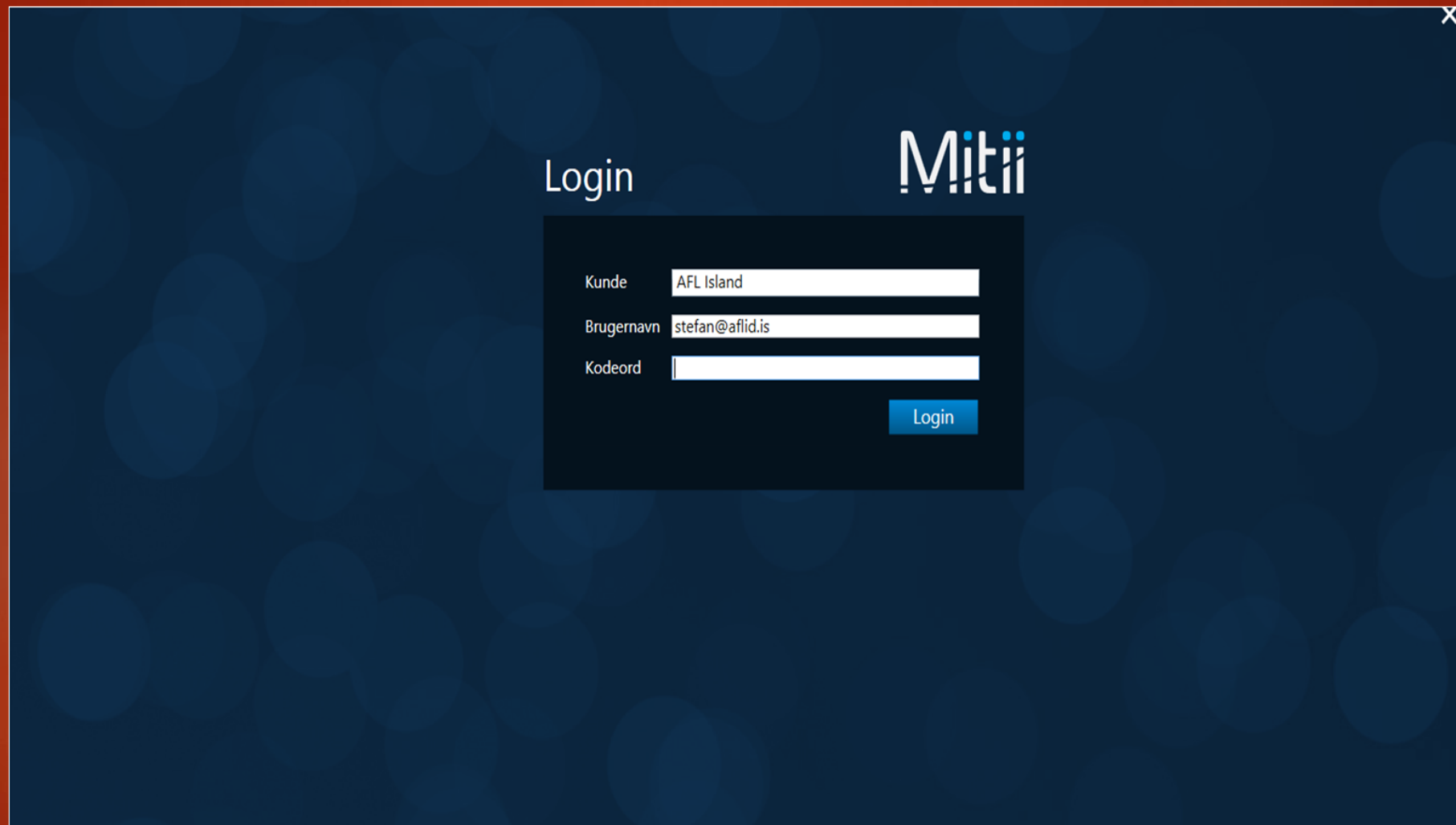
Mitii



Mitii samræmir námsgetu og þjálfun þess hluta heilans sem er grunnur þess að einstaklingurinn geti aukið þekkingu sína og öðlast meiri færni



Mitii – Move it to improve it



The image shows a screenshot of a web application's login page. The page has a dark blue background with a pattern of lighter blue circles. In the top right corner, there is a small white 'x' icon. The word 'Mitii' is displayed in a white, sans-serif font in the top right. The word 'Login' is displayed in a white, sans-serif font in the top left. Below the 'Login' text, there is a dark blue rectangular box containing three input fields and a button. The first input field is labeled 'Kunde' and contains the text 'AFL Island'. The second input field is labeled 'Brugernavn' and contains the text 'stefan@afid.is'. The third input field is labeled 'Kodeord' and is empty. Below the input fields, there is a blue button with the text 'Login' in white.

Login

Mitii

Kunde

Brugernavn

Kodeord

Login

Mitii – Move it to improve it

Cockpit Bruger Administration Logout

Programmer Historik Noter Info Parametervægtning

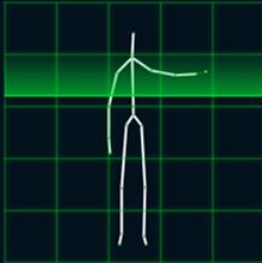
Cockpit - Programmer - Vorráðstefna 2019

Mitii

Valgt bruger - Dagur sjúkrahjálfa

Er du klar?

Dette program består af 1 modul(er)



Måling afsluttet

Start Rekalibrer

Mitii – Move it to improve it

Cockpit Bruger Administration Logout

Programmer Historik Noter Info Parametervægtning

Cockpit - Programmer - Vorráðstefna 2019

Mitii

Valgt bruger - Dagur síðkrálfára

The screenshot displays a grid of program tiles in the Mitii application. The tiles are arranged in two rows and seven columns. The first row contains tiles for 'Minnispil', 'Hver er eins?', '2 eins', 'Reikningur', 'Hlutur úr mynd', 'Púsla saman', and 'Hver er öðruv...'. The second row contains tiles for 'Geimskipið', 'Reikningur_C...', 'Hver er eins?_...', 'Hver er öðruv...', 'Hlutur úr my...', 'Upp/niður', and 'Find different...'. Each tile features a unique icon representing its function. A 'Program' label is visible to the right of the grid.

Kopi ▼

Indsæt

Slet

Rediger

Opret modul

Opret program



Mitii – Move it to improve it

Cockpit Bruger Administration Logout

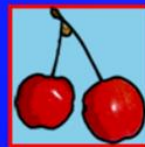
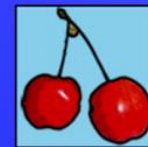
Programmer Historik Noter Info Parametervægtning

Cockpit - Programmer - Vorráðstefna 2019

Mitii

Afslut Test

Valgt bruger - Dagur sjúkráðgjafara



Mitii – Move it to improve it

Cockpit Brugur Administration Logout

Programmer Historik Noter Info Parametervægtning

Cockpit - Programmer - Vorráðstefna 2019

Mitii

Valgt bruger - Theina

Egenskaber Ændringer

Vælg modul

Husk figurer

Modulindstillinger

Navn

Minnisleikur

Antal Runder

10

Baggrundstema

1 valgte temaer

Figurtema

1 valgte temaer

Lydtema

1 valgte temaer

Tid til at huske

4

Tid til resultatvisning

1

Tidsbombe (sekunder)

0

Sværhedsgrad

III

Brug kameraet som baggrund

Introduktionsvideo

Ingen valgte video

Forstyrrelser

Ingen

Forstyrrelser

Bi

Edderkop

Video

Intensitet

III

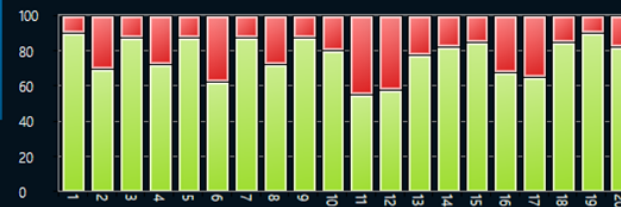
Tilbage

Gem

Grafiker



Tid brugt



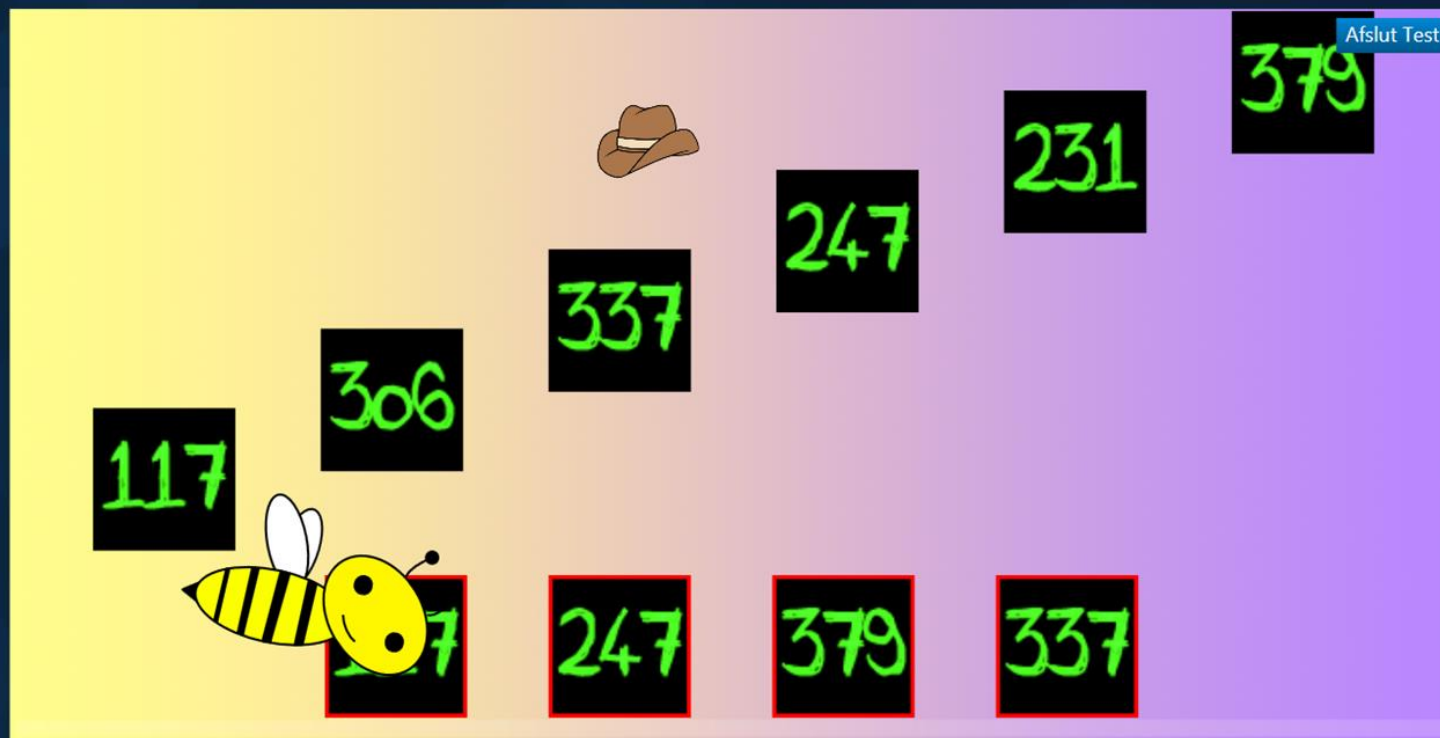
Mitii – Move it to improve it

Cockpit Bruger Administration Logout
Programmer Historik Noter Info Parametervægtning

Cockpit - Programmer - Vorráðstefna 2019

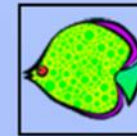
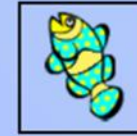
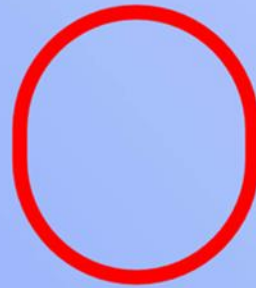
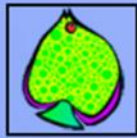
Mitii

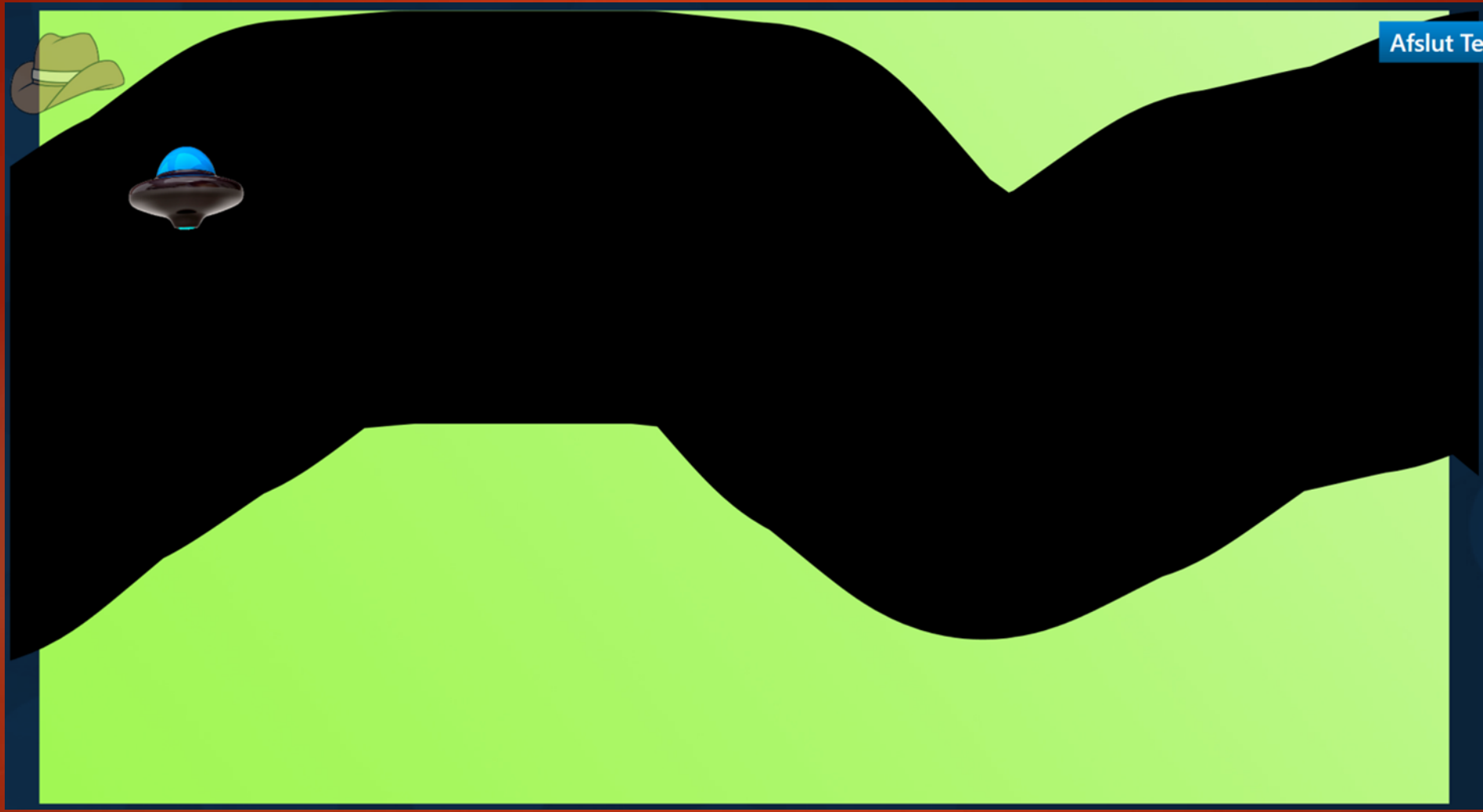
Valgt bruger - Dagur síðkraþáttara



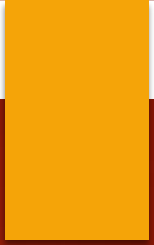


Afslut T





Afslut Te



Afslut Test

$$14 + 9 + 20 = xxx$$

62

45

43





Mitii – Move it to improve it

Cockpit Brugers Administration Logout

Programmer Historik Noter Info Parametervægtning

Cockpit - Programmer - Vorráðstefna 2019

Mitii

Valgt bruger - Dagur sjúkraliðari

Egenskaber Ændringer

Lydtema 1 valgte temaer

Tidsbombe (sekunder) 0

Sværhedsgrad III

Brug kameraet som baggrund

Introduktionsvideo Ingen valgte video

Forstyrrelser

Ingen

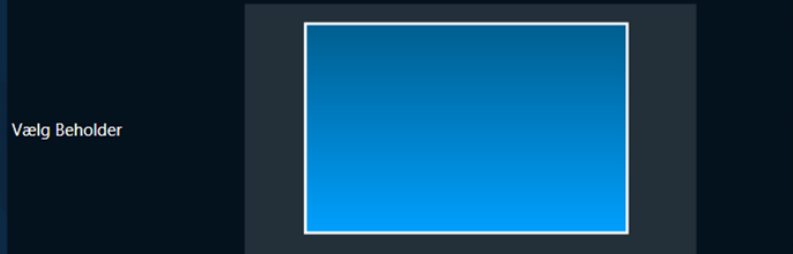
Forstyrrelser Bi

Edderkop

Video

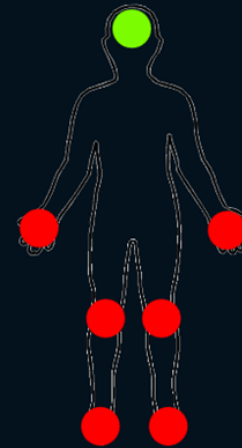
Intensitet III

Konfiguration af bokse



Vælg Beholder

Grafiker Boks detaljer



Antal billeder 1

Bevægelsesretning Lodret

Antal Bevægelser 10

21

Tilbage

Gem



Cockpit - Historik - XXXXXXXXX



Tilbage From 23-11-2014 To 23-02-2015 Vis Til Excel

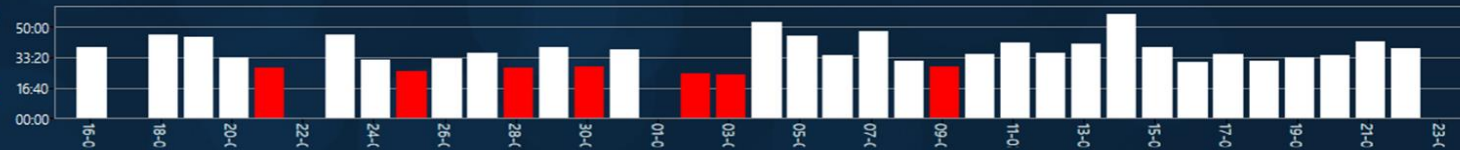
15 31-01-2015 02-02-2015 03-02-2015 04-02-2015 04-02-2015 05-02-2015 06-02-2015 07-02-2015 07-02-2015 08-02-2015 09-02-2015 10-02-2015 11-02-2015 12-02-2015 13-02-2015

Hver er eins?	128	135	98	152	102	106	113		93	104	90	70	157	158	171
Öðruvísi-fætur	488	174	170	180	156	918	286		180	283	137	526	171	178	140
Hlutur úr mynd	165	79	69	94	83	106	79		70	121	88	63	87	72	76
2 & 2 eins	155	84	110	149	151	117	216	91	103	136	157	122	183	102	173
Geimskipið ví	61	70	60	60	60	65	60	53	60	64	61	60	60	60	60
Mínus	65	61	68	85	65	62	88		76	65	65	85	89	96	69
Hver er öðruvísi?	178	188	108	130	153	208	189		156	218	162	285	231	142	139
Margföldun													68	87	65
Plús	98	63	120	87	86	120	83	62	160	71	78	98	70	70	69
Upp/niður	65	48	60	63	57	83	96	80	82	83	248	76	111	126	158
Minnisspil	152	160	141	134	155	146	148	153	146	153	152	161	266	213	241
Púsla saman	175	147	146	153	149	246	207	223	144	158	163	188	173	157	162
Hver er eins?	72	43	57	67	34	271	191	206	154	172	130	181	153	205	212
Hlutur úr mynd	117	87	85	144	71	96	71	90	79	86	85	82	96	83	80
Hver er öðruvísi?	359	151	152	169	165	161	245	224	197	183	82	115	562	412	648
Geimskipið hæ															

Upp/niður

72%

90%



Framfarir í Mitii

Cockpit Bruger Administration Logout
Programmer Historik Noter Info Parametervægtning

Cockpit - Programmer - Vorráðstefna 2019

Mitii

Program

Minnisspál	Hver er eins?	2 eins	Reikningur	Hlutur úr mynd	Pásla saman	Hver er óðruv...
Geimskipið	Reikningur_C...	Hver er eins?...	Hver er óðruv...	Hlutur úr my...	Upp/miður	Find different...

Kopi Indset Slet Rediger Opret modul Opret program

AFI

Vertical text on left: Vægi þingur - Dögur síðan þetta

Cockpit Bruger Administration Logout
Programmer Historik Noter Info Parametervægtning

Cockpit - Programmer - Vorráðstefna 2019

Mitii

Program

Sveppi intro...	Raða bótum	Hver er óðruv...	Margföldun	Hver er eins	Hné hægra	Hver er eins
Minnisleikur	Mínus	Upp/miður	Hver er óðruv...	2 & 2 eins	Minnisleikur	Púslíð ?
Flugvél	2 & 2	Margföldun fi...	Geimskip höf...	Minnisleikur	Geimskip vi h...	Plús
Púsl á réttan...	Hné vinstra	Púslíð ?_Copy	Sveppi out_C...			

Kopi Indset Slet Rediger Opret modul Opret program

AFI

Vertical text on left: Vægi þingur - Þetta

Framfarir

- A: 25min -> 18min
- B: 23min -> 14min
- C: 35min -> 26min
- D: 29min -> 14min
- E: 28min -> 25min



Breytingar eftir þjálfun með Mitii

Individualized, home-based interactive training of cerebral palsy children delivered through the Internet.

Líkamleg breyting

- Aukinn styrkur – Aukið úthald
- Betri samhæfing – Betri göngugeta – Betra jafnvægi

Upplifun foreldra

- ▶ Meira sjálfstraust
- ▶ Meiri orka til að takast á við verkefni dagsins
- ▶ Betri einbeiting
- ▶ Þora að gera nýja hluti – hugrakkari - meira sjálfsöryggi
- ▶ Sýna meira frumkvæði – betri í félagslegum samskiptum
- ▶ Betri að lesa og reikna
- ▶ Betri yfirsýn – geta haft fleiri járn í eldinum - betra minni

Ummæli foreldra

„Hann er nú fljótari að hugsa og þ.a.l. á hann auðveldara með að taka ákvarðanir. Það að vera fljótari og öruggari að taka ákvarðanir hjálpar honum mjög mikið og lætur honum líða betur í eigin skinni“

„Ég hef orðið vör við ýmis framfaraskref. Henni hefur farið töluvert fram í hreyfingu, hún hefur betri matarlyst og meiri orku. Hún tekur betur eftir og fer betur eftir fyrirmælum. Hún hefur líka betri stjórn á skapinu og jafnvel ekki laust við að skammtímaminnið hafi batnað“

„Framfarir sáum við í stærðfræðinni, henni fannst hún skemmtileg og hún lærði hratt og vel og náði góðri einbeitingu sem annars er mikið vandamál við nám. Við hefðum gjarnan viljað hafa hennar stærðfræðináms alfarið á þessu formi. Núna getur hún lagt saman tölur þar sem útkoman er yfir 10.“

Ummæli foreldra

„Við sáum ótrúlegan mun á henni í prógramminu, hvað hún varð betri í að framkvæma og leysa verkefni. Færni hennar í lestri batnaði mjög mikið.

Varðandi fínhyfingar þá er hún orðin flinkari og þolinmóðari að hneppa stórum tölum og nú reynir hún sjálf að renna upp sem hún reyndi aldrei áður.“

„Einbeitingin er orðin betri hjá henni og komin meiri skapgerð í hana og hún er orðin sjálfstæðari. Þetta gerir það að verkum að hún á auðveldara með námið sitt.“

„Miklar framfarir í hegðun hans í bekknum, betri einbeiting og úthald. Nú situr hann rólegur og getur einbeitt sér að verkefnunum sínum. Hann fer betur eftir fyrirmælum.“

Takk fyrir



Mitii

CP Ísland

SJÚKRADJÁLFUN
AFL
...afl til betra lífs
Borgartúni 6 105 Reykjavík Sími 511 4111 afl@afid.is