

Leichter & ganzheitlicher Lernen durch Brain Gym

Wer entwickelte diese Methode?

Die amerikanische Pädagoge Dr. Paul E. Dennison hat herausgefunden, dass viele Kinder mit Lern- und Konzentrationsproblemen nur mit einer Gehirnhälfte arbeiten. Diese Kinder strengen sich beim Lernen zu sehr an, kommen dadurch unter Leistungsstress und fühlen sich schließlich als Versager. Bis etwa zum vierten Lebensjahr lernen die Kinder ganzheitlich. Erst durch schulisches Lernen, das größtenteils die verstandesmäßige-logische (meist linke) Gehirnhälfte fördert und die bildhafte, kreative (meist rechte) Hälfte vernachlässigt, wird ganzheitliches Lernen behindert. Lesen und Lernen funktioniert aber nur dann optimal, wenn beide Gehirnhälften zusammenarbeiten. Durch diese Erkenntnis und der Berücksichtigung dem Bedürfnis des Kindes nach Bewegung kreierte er diese Übungen. Er erkannte, Bewegung fördert das Lernen!

Was ist Brain Gym?

Brain Gym (deutsch: Gymnastik für das Gehirn) sind Stabilisierungs-, Gleichgewichts-, Körperkoordinationsübungen. Durch diese Bewegungen werden die neuronalen Vernetzungen im Gehirn geschaffen, die nicht nur für eine gute Koordinationsfähigkeit, sondern auch für das Lernen unerlässlich sind. Dabei wird die Zusammenarbeit der beiden Gehirnhälften gefördert und damit die geistige Leistungsfähigkeit gesteigert. Schritt für Schritt baut man so – ähnlich wie bei Muskelaufbautraining – die „geistigen Muskeln“, das heißt die Nervenbindungen aus, die für anspruchsvollere Aufgaben erforderlich sind. Daher besteht ein enger Zusammenhang zwischen körperlicher Bewegung und guter geistiger Funktionsfähigkeit!

Durch die Ausgewogenheit der Gehirnhälften erlangt der Mensch fast automatisch auch das emotionale Gleichgewicht. Wir schwingen im Gleichklang!

Wichtig: Ich füge in meinem Kurs zusätzlich Tanzspiele mit rhythmischer Musik und auch Entspannungselemente (z.B. leichte Meditation oder Fantasiereisen) zu den Brain Gym. Übungen ein, so dass ein Wechsel zwischen Anspannung und Entspannung entsteht!

Welche Vorteile hat Ihr Kind durch dieses Training?

Durch einfache Bewegungs- und Energieübungen der Brain Gym werden beide Gehirnhälften zusammengeschaltet, das Kind nutzt sein volles Potential und fühlt sich wohl.

- Leichteres und spielerisches Lernen durch Nutzung beider Gehirnhälften
- Wirksame und praktische Hilfe bei Schwierigkeiten beim Lesen, Schreiben u. Rechnen
- Mehr Merkfähig- und Konzentrationsfähigkeit bei schulischen Anforderungen u. im Alltag
- Förderung der Kreativität des Kindes
- Förderung des Selbstbewusstseins und der emotionalen Stabilität
- Mehr Ruhe und Ausgeglichenheit in der Schule und im privaten Bereich
- Stressabbau - das Zappelphilipp-Syndrom lässt sich beachtlich lindern

**Mit diesem „Rucksack“ ist Ihr Kind prima für die Schullaufbahn ausgerüstet!
Falls Sie weitere Fragen haben, so wenden Sie sich sehr gerne an mich!**

Praxis Larimar

Daniela Fischer

Ganzheitliche psychologische Beratung

Kreativ- & Energiearbeit, Edu Kinesiologie (Brain Gym)

Im Niederbusch 2e, 52385 Nideggen, Tel. 02427-45 64 86, kontakt@praxis-larimar-fischer.de