

CORSI INTENSIVI di Kinesiologia Educativa / Brain Gym

5 Lezioni da 45/50 minuti

presso:

Poliambulatorio pediatrico

Cresci e Cresci bene

Dr. med. Andreas Wechsler

via al fiume 7, 6962 Viganello

www.pediatriawechsler.ch

Per iscrizioni e informazioni:

M.N. Zita Fasti Orsoni

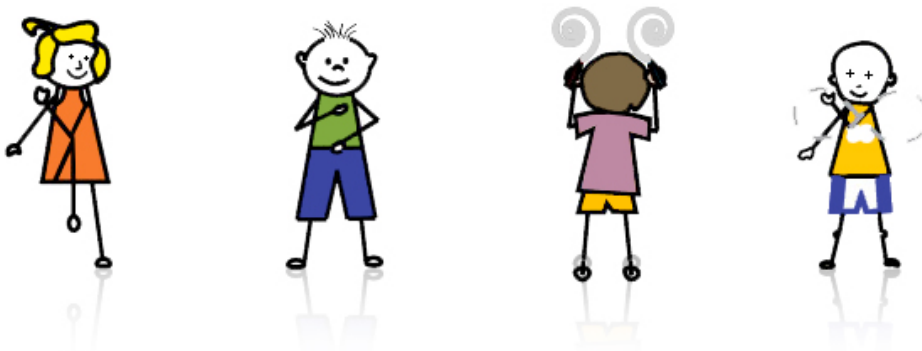
tel: +4176 559 8713

e-mail: zita.orsoni@sunrise.ch

Zita Fasti Orsoni

Pedagogista - Consulente/Istruttrice autorizzata dalla Educational Kinesiology Foundation

http://www.eduk-braingym.it/i_consulenti_autorizzati.html



La KINESIOLOGIA EDUCATIVA o EDU-K è una disciplina sviluppata negli anni '70 dal Dr. Paul Dennison, per migliorare l'apprendimento e le proprie potenzialità a scuola e al lavoro mediante l'integrazione e il riequilibrio delle energie cerebrali.

È un campo nuovo che si sta rapidamente espandendo e riguarda il movimento, l'integrazione, la crescita personale e l'apprendimento globale in un momento in cui molti di noi stanno cercando soluzioni pratiche per la cura, l'educazione e lo sviluppo dei nostri giovani.

Le ricerche nel settore confermano che il cervello funziona come un ologramma: i due emisferi cerebrali hanno compiti, mansioni e particolarità differenti che si integrano in continuazione. L'emisfero sinistro, per esempio, focalizza i dettagli, mentre il destro ha la visione d'insieme, e quindi sono complementari e necessari l'uno all'altro. Inoltre occorre una buona integrazione tra il sistema limbico (le emozioni), la corteccia cerebrale (il pensiero conscio-associativo) e il cervello posteriore e anteriore (ricezione ed espressione), se vogliamo usufruire delle nostre piene potenzialità.

Spesso, però, a causa dello stress o di posture sbagliate i due emisferi comunicano male, cioè con poco successo: uno dei due prende il sopravvento e di conseguenza reagiamo solo in modo riflesso, dominati dal nostro centro di sopravvivenza.

La Kinesiologia Educativa aiuta a stabilire l'equilibrio perso attraverso 26 movimenti semplici, piacevoli ed efficaci che richiamano i movimenti fatti naturalmente da ognuno di noi durante i primi anni di vita, quando si impara a coordinare occhi, orecchie, mani e corpo. Grazie ad essi possiamo ottenere un'integrazione cerebrale bi- e tri-dimensionale al fine di raggiungere:

- benessere fisico e psichico
- riduzione dello stress
- una migliore coordinazione corporea
- una migliore capacità di organizzazione, comunicazione e concentrazione
- lo scioglimento dei blocchi nell'apprendimento capacità di concentrazione, di comprensione e di memorizzazione di ciò che si legge o si ascolta