

# Brain Gym®

BrainGym es un método de integración neuronal.

BRAIN GYM son una serie de movimientos que mejoran la habilidad de aprendizaje y nos ayudan a desarrollar nuestros potenciales, redescubriendo la alegría de aprender.

Tal y como ya confirman los recientes estudios en neurociencia que muestran que el movimiento es la base del desarrollo del sistema nervioso, BrainGym recupera el movimiento y lo transforma en la puerta del aprendizaje. A través de simples y divertidos movimientos, Brain Gym consigue crear nuevas conexiones que nos ayudan a integrar aspectos mentales, emocionales o conductuales.

## ¿QUIÉN DESARROLLÓ ESTE MÉTODO?

Basándose en la forma natural que el cerebro utiliza para aprender, el movimiento, el Dr. Paul E. Dennison unificó 26 movimientos que integran el cerebro para mejorar su capacidad de aprender y de realizar las actividades con facilidad. Estos movimientos, son desde 1986 una fantástica herramienta para las aulas, casa o para la consulta. En otros países donde lleva más tiempo implementado es una herramienta que se utiliza tanto en el ámbito educativo como en el rendimiento deportivo y artístico, las empresas, las consultas de mejora del rendimiento escolar y laboral, crecimiento personal, etc.. Desde el respeto hacia el proceso personal de cada persona y el estado de desarrollo de su sistema, Brain Gym trabaja para dar cada día un paso más hacia la integración neuronal funcional y la mejora en el hacer de todas las tareas de tu día a día.

## ¿A QUIÉN VA DIRIGIDO?

Está dirigido a niños, adultos y seniors, todos aquellos que deseen mejorar sus habilidades para llevar a cabo con mayor alguna actividad diaria. Para los niños Brain Gym ha probado ser útil en habilidades académicas como, la lecto-escritura, resolución de

problemas matemáticos, caligrafía, ortografía, expresión, concentración y atención, problemas de conducta, etc así como problemas de retraso madurativo, trastornos del lenguaje, síndrome de down, asperger, etc. Los adultos encuentran mejoras en su rutina diaria al utilizar BrainGym en aspecto la eficacia laboral, la multitarea, la concentración, la organización, la creatividad, cooperación o capacidades de liderazgo, así como mejoras académicas, deportivas, y liberación del estrés. En mayores, proporciona mejoras en la coordinación y movilidad, en la memoria, la atención, socialización, etc.

## **FORMACIÓN**

En Brain Gym te ofrecemos talleres a tu alcance o formación profesional. Los talleres van dirigidos a padres, educadores, profesores o terapeutas interesados en conocer los elementos más básicos de BrainGym. Entre ellos podemos encontrar: • BrainGym para Bebés

- BrainGym para Educación Infantil
- BrainGym para Educación Primaria
- BrainGym para Educ. Secundaria
- BrainGym para Padres...

La formación profesional de Brain Gym está dividida en 4 niveles.

Mas información : [www.braingymmadrid.org](http://www.braingymmadrid.org)

