



НЕЙРОУПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ОСТРОТЫ УМА И ПРОФИЛАКТИКИ УТОМЛЕНИЯ

Чугайнова Е.М.,
педагог-психолог
МАУДО «ДЮЦ
«Радуга»

ЧТО ТАКОЕ НЕЙРОГИМНАСТИКА?



Нейрогимнастика – это комплекс упражнений, которые созданы для повышения многофункциональности головного мозга. За счет регулярного выполнения определенных действий, направленных на тренировку ЦНС, реально добиться положительного результата в виде более быстрого освоения письма, чтения, развития аналитического и логического типа мышления.



ЧЕМ ПОЛЕЗНА НЕЙРОГИМНАСТИКА И ДЛЯ ЧЕГО ОНА НУЖНА ДЕТЯМ И ВЗРОСЛЫМ?

- Это комплекс упражнений, который повышает многофункциональность головного мозга.
- При регулярном выполнения определенных действий, тренирует ЦНС.
- При выполнении упражнений можно добиться положительного результата в виде более быстрого освоения письма, чтения, развития аналитического и логического типа мышления.
- Повышает физическую и умственную работоспособность.
- Снижает утомляемость, которая возникает в конце учебного дня.
- Активирует мыслительную активность тех центров головного мозга, которые отвечают за реализацию когнитивных функций.
- Способствует более активной подвижности кистей рук.
- Развивает творческие способности ребенка, позволяя открыть скрытые таланты.



ПЕРВЫЕ ТРИ СЛОВА , КОТОРЫЕ ВЫ
УВИДИТЕ, НАШИ ПОЖЕЛАНИЯ ДЛЯ ВАС!



**ЖЕЛАЕМ ВАМ БЫТЬ
ПОЗИТИВНЫМИ И АКТИВНЫМИ!**

