**Образовательная кинезиология**



**Образовательная кинезиология** – система повышения возможностей детей, независимо от возраста, путём вытягивания потенций, заключённых в теле.

Гимнастика мозга состоит из простых и доставляющих удовольствие движений и упражнений, которые используются в отношении детей, чтобы повысить навык целостного развития мозга. Эти упражнения облегчают все виды обучения и особенно эффективны для оптимизации интеллектуальных процессов и повышения умственной работоспособности. Упражнения улучшают мыслительную деятельность, синхронизируют работу полушарий, способствуют запоминанию, повышают устойчивость внимания, помогают восстановлению речевых функций, облегчают процессы чтения и письма.

Под влиянием кинезиологических тренировок, в организме происходят положительные структурные изменения. Сила, равновесие, подвижность, пластичность нервных процессов осуществляется на более высоком уровне. Совершенствуется регулирующая и координирующая роль нервной системы. Гимнастика мозга позволяет выявить скрытые способности человека и расширить границы возможности деятельности его мозга. Особенно актуально применение кинезиологических упражнений у детей с проблемами в развитии.

Образовательная кинезиология рекомендуется для каждого, кто желает улучшить качество и содержание своей жизни и получить удовольствие от движений.

Цели кинезиологических занятий:

 Развитие межполушарной специализации.

 Развитие межполушарного взаимодействия.

 Развитие комиссур (межполушарных связей).

 Синхронизация работы полушарий.

 Развитие мелкой моторики.

 Развитие способностей.

 Развитие памяти, внимания.

 Развитие речи.

 Развитие мышления.

 Устранение дислексии и дисграфии.