

Копилка кинезиологических упражнений

Данные **кинезиологические упражнения** мы применяем в работе с детьми перед началом образовательной деятельности, в перерыве между занятиями, в виде динамической паузы во время проведения образовательной деятельности, связанной с активной умственной нагрузкой, а также для восстановления, снятия эмоционального, нервного напряжения.

Уважаемые коллеги, родители надеемся, что представленные упражнения вы возьмете на вооружение и будете использовать их не только для развития наших детей, но и для своего собственного здоровья. Ведь польза от "гимнастики мозга" для человека любого возраста просто огромна: гармоничное развитие двухполушарного мышления, оптимизация деятельности мозга, улучшение долговременной и кратковременной памяти, развитие способностей к обучению и усвоению информации, восстановление работоспособности и продуктивности, снятие стресса, усталости. Желаем Вам успехов!