

BRAIN GYM® - Gimnasia Cerebral

*Por qué el aprendizaje no está
sólo en el cerebro*



Movernos para aprender

P.A.C.E.

Positivo

Activo

Claro

Energético

Ponte a punto para aprender – P.A.C.E.

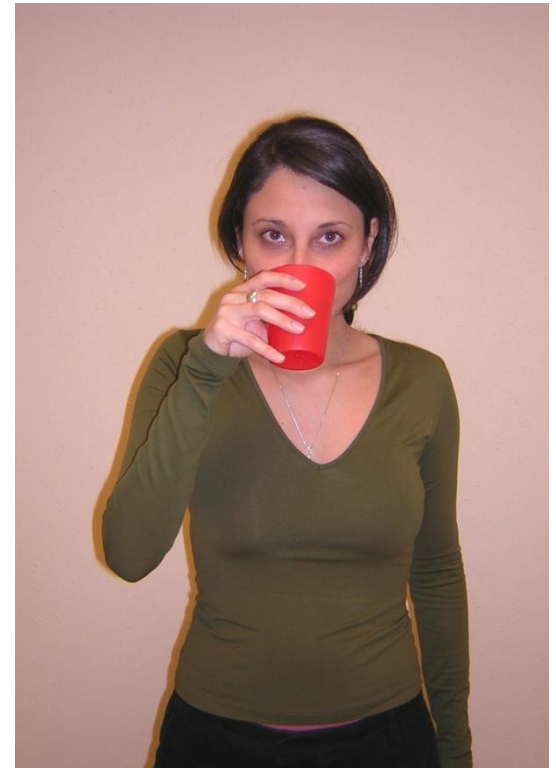


Agua

El agua sirve para:

El agua es aproximadamente **un 70 % de nuestro cuerpo**. Es necesaria para prácticamente todos los procesos biológicos, reacciones químicas y acciones mecánicas que se realizan en nuestro cuerpo .

- Mejora la concentración.
- Incrementa la capacidad de moverse y participar.
- Aumenta la coordinación mental y física.
- Libera estrés, mejorando habilidades sociales y comunicativas.



Botones del Cerebro



Los Botones del Cerebro sirven para:

- Mejora la eficacia del procesamiento de la información desde el lado izquierdo y derecho del cuerpo.
- Ayuda a cruzar la línea media visual y kinestésica.
- Fusión visual y fijaciones.
- Mejora las habilidades de la lectura, la escritura y relajación de hombros y cuellos.

Marcha Cruzada

La Marcha Cruzada sirve para:

- **Activar los dos hemisferios cerebrales simultáneamente.**
- **Cruzar la línea media visual, auditiva, kinestésica y táctil, mejorando la coordinación bilateral de los sentidos.**
- **Mejora la visión binocular y la conciencia espacial**
- **Mejora las habilidades de escucha, la lectura, la escritura, comprensión y atención.**



Gancho



El Gancho sirve para:

- **Conectar simultáneamente** todos los circuitos de energía del cuerpo y estimula el movimiento de cualquier energía bloqueada
- Mejora las **habilidades** para mantener el centro emocional, sentirse arraigado, organizado, respiración.
- **Mejora la capacidad de escuchar y comunicarse.**
- Autocontrol y sentido de límites.
- Mejora del equilibrio y coordinación
- Disminuye la hipersensibilidad

Ponte a punto para aprender – P.A.C.E.



Orígenes

Optometristas

Dr. Richard Sowby

Dr. Getman (1970s)

Profesores

Educadores

P. T.

Kinesiólogos

Dr. Richard A. Tyler (1977)

John F. Thie (1979)

Toque para la Salud

Kinesiología Aplicada

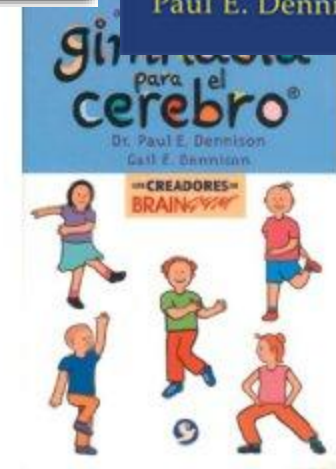
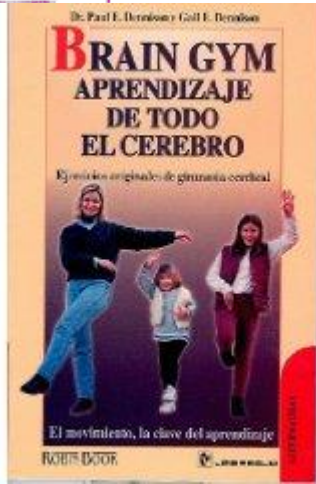
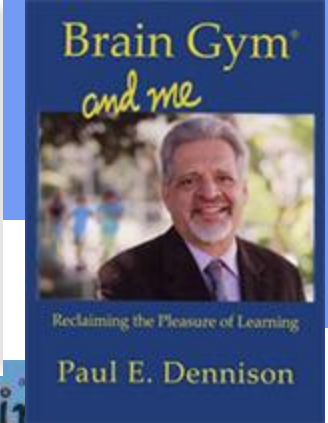
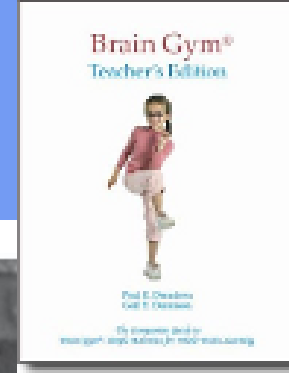
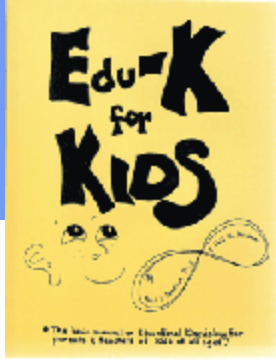
Neurocientíficos

Expertos en fisiología,
biología, biomecánica,
anatomía y desarrollo
infantil

Danza

Carrera de larga distancia

Experimentación e invención



Dr. Paul E. Dennison creó en 1987 junto con su mujer, Gail E. Dennison la Kinesiología Educativa y Brain Gym®

Desde entonces se ha difundido por más de 80 países, incluyéndose en programas educativos, terapéuticos, deportivos así como en trabajo con mayores, en negocios, entrenamiento militar, etc...

LOS 3 PRINCIPIOS DEL “APRENDIZAJE BASADO EN EL MOVIMIENTO”

1. Los niños por naturaleza aprenden a través del juego y del movimiento.



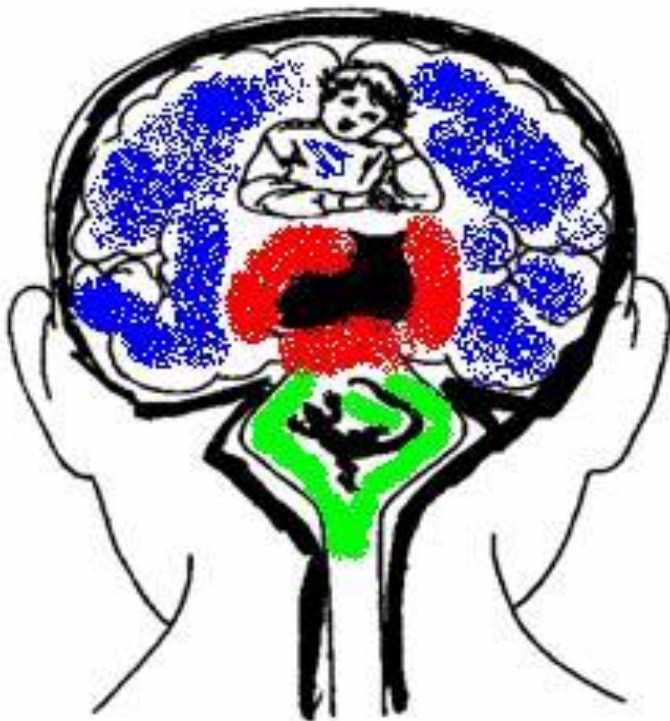
2. El aprendizaje exitoso comienza con la conciencia del desequilibrio.



3. Aprendices de cualquier edad pueden llegar a un "impasse".

Teoría del **cerebro Triuno**

Neurofisiólogo Paul McLean



NEOCÓRTEX Y CÓRTEX PREFRONTAL

- Capacidad del **pensamiento lógico y creativo**.
- La **coordinación motora, visual, auditiva**
- El **proceso** de la información para **leer, escribir, escuchar y hablar**

SISTEMA LÍMBICO O CEREBRO MAMÍFERO

- Regula las **emociones**
- La **memoria a corto plazo y sistema inmune**
- Las **relaciones humanas**, los valores y sexualidad

CEREBRO REPTILIANO

- **Funciones automáticas** y repetitivas
- Regula las **respuestas primitivas** e instintos de supervivencia
- Es **territorial**, hace **rituales**, y comportamientos repetitivos

CEREBRO GLOBAL

Dimensión de Lateralidad - COMUNICACIÓN *¿QUIÉN soy? ¿Esto QUÉ es?*

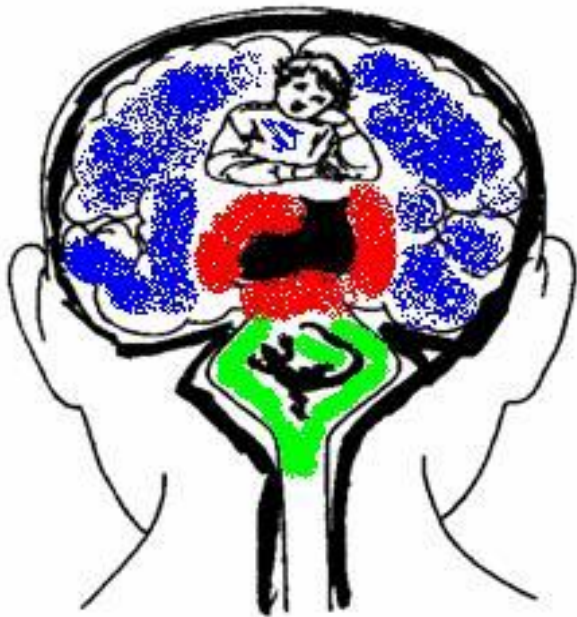
- Capacidad para coordinar los dos lados del cuerpo.
- Capacidad de utilizar ambos ojos, manos, oídos en el campo medio.

Dimensión de Centro - ORGANIZACIÓN

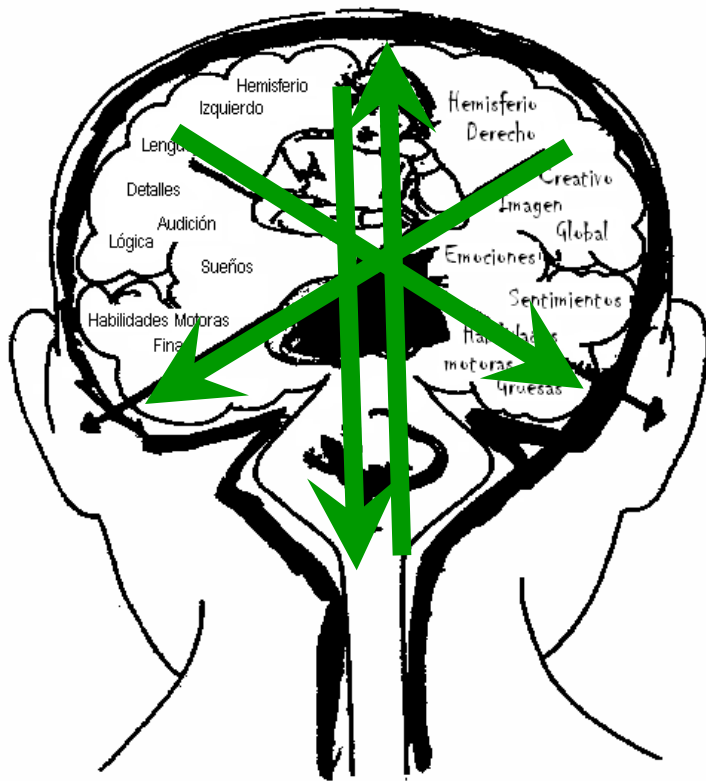
- Capacidad de procesar la información y utilizar el lenguaje para describir experiencias.
- Capacidad de sentir el cuerpo como referencia.

Dimensión de Experiencias - ATENCIÓN *¿En DONDE estoy respeto a otros? ¿Que LUGAR ocupo en el ESPACIO?*

- Capacidad de contener sentimientos propios.
- Sensaciones físicas referentes a los sentidos (vista, tacto, olfato, gusto, propiocepción).
- Capacidad de organizar el cuerpo y los pensamientos.
- Seguridad en el propio cuerpo.
- Patrones de movimiento aprendidos.



CEREBRO GLOBAL

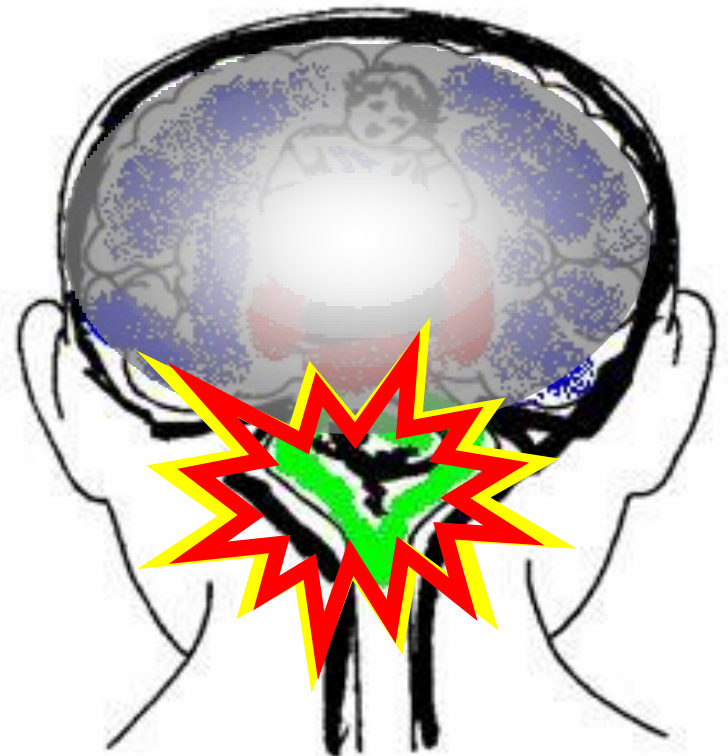


- Están **interrelacionados, en comunicación y coordinación** entre sí. Todos influyen sobre todos.
- **En una situación normal,** estas 3 dimensiones funcionan en equilibrio y al **máximo de sus capacidades.**

Bajo Estrés

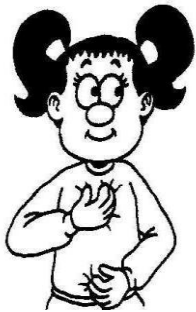
En una **situación de estrés o de amenaza..**

- El **reptiliano** es prioritario (SEGURIDAD, ATENCIÓN)
- Las funciones del sistema límbico (ORGANIZACIÓN) y neocortex (COMUNICACIÓN) **quedan minimizadas.**

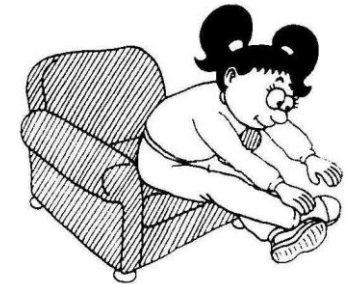


Movimientos de la Gimnasia Cerebral

Movimientos
del sistema
límbico



Movimientos
del Neocortex



Movimientos
del Cerebro
reptiliano

Movimientos de Gimnasia Cerebral

Son **movimientos del cuerpo sencillos, divertidos y energizantes** que nos ayudan a crear los **camino neuronales** necesarios para que **aprender** vuelva a ser fácil y divertido.

BRAIN GYM® sirve para **integrar y equilibrar** los **3 cerebros** de forma que el funcionamiento del Cerebro sea Global y automático



LOS 26 MOVIMIENTOS DE BRAIN GYM®

Cómo utilizar Brain Gym

- En CASA
 - Realizar PACE y movimientos todos los días.
- En el COLE
 - Realizar PACE y grupos de movimientos en función de la tarea que esté en marcha.
- En Sesión – *Núcleo o Apoyo*
 - Desbloquea las dificultades de aprendizaje y recupera el placer de aprender.

Formación en Brain Gym® - Kinesiología Educativa

NIVEL 1		NIVEL 2		NIVEL 3		NIVEL 4	
1.	Brain Gym® 101	1.	Organización Óptima del Cerebro® 201 – OBO®	1.	301 - Edu-K en Profundidad: 7 Dimensiones de la inteligencia	1.	Practicum 401
1.	Repetir Brain Gym® 101	1.	Toque para la Salud I y II - 203	2.	Completar Casos de Estudio	1.	Sublicencia 101
3.	Completar Casos de Estudio	1.	Círculos de Visión - 202	3.	Recibir balances	1.	Mantener la Afiliación Profesional
4.	Recibir balances	4.	Completar Casos de Estudio				
		5.	Recibir balances				

“**Aprende** a moverte y
muévete para aprender”

Paul. E. Dennison

¡ ¡ MUCHAS GRACIAS A TODOS!!

Carlota López-Peredo Martínez

carlota@vcteam.es

www.vcteam.es - 91 549 61 26