

НЕЙРОГИМНАСТИКА.

Топ-5 упражнений



Нейрогимнастика — это комплекс упражнений, направленный на синхронизацию работы полушарий мозга, развитие межполушарного взаимодействия, улучшение когнитивных функций (внимания, памяти, речи) и регуляции поведения.



Эти упражнения особенно полезны в работе с детьми, имеющими речевые нарушения, СДВГ, дислексию, ЗПР, а также со взрослыми после инсультов и ЧМТ.

Почему нейрогимнастика так важна?



Улучшает нейропластичность – мозг учится перестраиваться и компенсировать нарушения.



Стимулирует речевые зоны – многие упражнения напрямую влияют на зоны Брока и Вернике.



Повышает эффективность занятий – дети лучше усваивают материал после «разогрева» мозга.



Подходит для любого возраста – от дошкольников до взрослых с афазией после инсульта.

Включите эти упражнения в ежедневную практику, и вы заметите прогресс в речи,

внимании и обучении ваших детей!

