



Brain Gym - Initiation

Description	L'Education Kinesthésique est une approche, fondée par Paul et Gail Dennison qui, permet de réduire les difficultés d'apprentissage ou mieux gérer son stress au travers d'activités ludiques. Ce système d'apprentissage favorise le mouvement et les activités motrices et artistiques dans le but de développer ses compétences. Il est basé sur le lien existant entre les activités motrices et les fonctions cérébrales et corporelles impliquées dans l'apprentissage.
Contenu	<ul style="list-style-type: none">• Historique, définition, objectifs du Brain Gym.• Introduction aux rôles, distinction des hémisphères.• Découverte des exercices utiles à une bonne communication hémisphérique et de sa dominance hémisphérique: découverte en binôme.• Les formes d'apprentissage (mode de repérage et automatique). Les 3 dimensions spatiales : le focus, le centrage et la latéralité
Prérequis	Ce cours s'adresse à tout le monde, il n'est pas nécessaire d'avoir des connaissances préalables.
Objectifs	<ul style="list-style-type: none">• Améliorer sa capacité d'apprentissage que ce soit, à l'école, à l'université, dans l'entreprise, dans le sport .
Date	sur demande / D_70408
Durée	Total 7.00 période(s)
Ecolage	CHF 186.00
Lieu du cours	Ecole-club Migros Genève (en cours de planification)