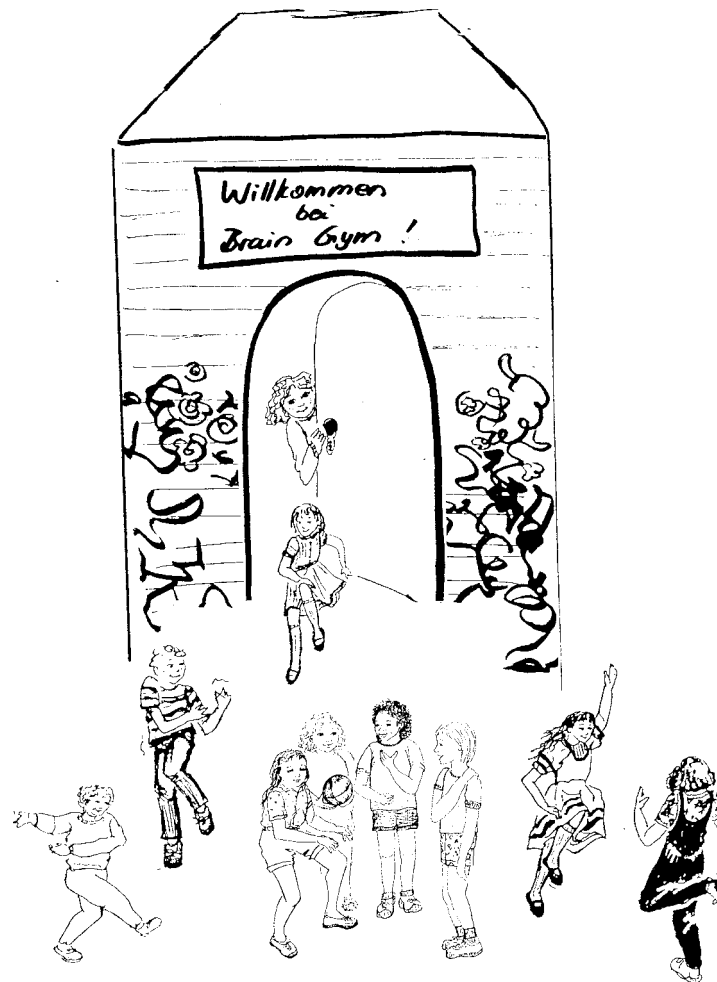


Forum Materialien

Felicitas Kocks



Brain Gym®

**eine Methode zur Verhinderung
und Bearbeitung von
Lernblockaden**

Ausgewählte Übungen

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	5
Kapitel 1:	
Unser Gehirn - theoretische Grundlagen	6
Unser Gehirn	6
Die zwei Hälften des Gehirns	7
Lernblockaden	8
Rechts - Links - Blockade	10
Vorne - Hinten - Blockade	11
Oben - unten - Blockade	12
Kapitel 2:	
Ausgewählte Übungen	13
Mittellinienbewegungen	14
Überkreuzbewegungen	15
Liegende Acht	16
Dobble-Doodle	17
Elefant	18
Bauchatmen	19
Längungsbewegungen	20
Eule	21
Wadenpumpe	22
Energieübungen	23
Wasser trinken	24
Gehirnknöpfe	25
Erdknöpfe / Raumknöpfe	26
Blitzableiter	27
Energiegähnen	28
Denkmütze	29
Fördern positiver Einstellungen	30
Cook - Übung / Hook ups	31
Positive Punkte	32

Kapitel 3:	
Einbettung in Gesamtzusammenhänge - Brain Gym® bei der Arbeit und beim Spiel	33
Kreuzverweis für TrainerInnen, LehrerInnen, Eltern und andere AnwenderInnen	34
Lesetechniken	34
Schreibe- und Rechentechniken	35
Unabhängige Lerntechniken	36
Persönliche ökologische Techniken	38
Selbstgewahrseinstechen	38
Spiele	39
Durch den Urwald	40
Fantasiereise ins Land der Farben	42
Spiele mit Tüchern	44
Spiele mit Brain Gym® Karten	46
Literaturverzeichnis	47