



Studenten, studeer slimmer !

Brain Gym is een boeiend kennisgebied waarbij men inspeelt op de interactie tussen brein en beweging. Specifieke oefeningen zorgen er daarbij voor dat het brein zich beter ontplooit om te leren. Het leerproces wordt daarbij op drie dimensies bekeken. Onze denkvaardigheden worden ondersteund door een emotioneel evenwicht en dit op zijn beurt door een goede houding. Leren doe je met je hoofd, je hart en je lijf!



De Brain Gym oefeningen halen de stress uit je lijf en je hart zodat je hoofd weer helder wordt om na te denken! Ze stimuleren je zintuigen zodat je sneller kan lezen en attenter kan luisteren!

Nà Brain Gym oefeningen gaat het beter om je LOTUS-snelleesmethode te gebruiken en is je brein creatiever bij het maken van je breinwebben/ spindiagrammen.

Brain Gym is een geregistreerd merk van Brain Gym International. Sonja De Poorter is instructeur gelicentieerd door dr. Paul Dennison, de maker van Brain Gym en dokter in de pedagogische wetenschappen.



Het menselijke brein staat in de media vaak symbool voor creativiteit, intelligentie en vernuft. Ieder mens voelt het spontaan aan: het brein is slim, superslim. En wie heeft een brein? Iedereen! Iedereen heeft dus het potentieel om slimmer te worden. Alleen, hoe doe je dat? Recente inzichten in de werking van het brein kunnen tot een fundamentele verbetering leiden in de studiemethode van jongeren. Leren en studeren: het kan korter, het kan beter en het hoeft vooral niet lastig te zijn. In hun contacten met ouders en kinderen kwamen de auteurs van dit boek drie grote oorzaken van leerproblemen op het spoor: het gebrek aan een goede methode, onvoldoende motivatie en toenemende moeilijkheden bij het studeren. De auteurs hebben ze 'de drie M-euvels' genoemd. In dit boek leggen ze het accent dan ook op praktische tips die je als ouder zelf kunt toepassen om de drie M-spoken te verjagen. S.O.S. Brein biedt concrete en vooral praktische tips om het studerende kind te coachen, en dit op een overzichtelijke, speelse en effectieve manier, met termen die refereren aan de leefwereld van tieners: LOTUS, Breinweb, Breinjumper, Octopus, SuperMemo, GejongLeerd.

S.O.S. BREIN : Help je tiener slimmer studeren
Auteurs : Bernard Lernout en Inge Provost
Met medewerking van Sonja De Poorter voor
de Brain Gym informatie
Standaard Uitgeverij