

Reflexintegration – frühkindliche Reflexe

„Wie Bewegungen dem Gehirn in seiner Entwicklung helfen“

Kathrin Kühr begleitet uns dieses Kindergartenjahr, mit speziellen Übungen, um eben diese frühkindlichen Reflexe zu stärken und dem Gehirn zu helfen nachzureifen.



Aber was sind frühkindliche Reflexe?

Reflexe sind angeborene Reaktionen des Körpers auf bestimmte Reize/Umwelteinflüsse, die den Überlebensinstinkt fördern. Diese Reflexe sind nötig um einzelne Entwicklungsschritte zu meistern. Das heißt, jeder dieser Reflexe hat eine bestimmte Aufgabe und ist die Grundlage für später.

Es kann vorkommen, dass aus bestimmten Gründen manche Entwicklungsschritte übersprungen werden oder die Zeit zu kurz war, damit sich der Reflex gut ausgebildet und ins Gehirn integriert hat.

Diese Reflexe können jedoch mit gezielten Bewegungsübungen nachgereift und ins Gehirn verankert werden. Durch diese kurzen Übungen wird das Gehirn stimuliert und die Verbindung zwischen Gehirn und Körper verbessert.

Kathrin kommt ca. einmal im Monat zu uns und zeigt uns die Übungen für die verschiedenen Reflexe.

