**Активизация и тренировка функций организма с помощью волновых тренажеров.**

Волновой тренажер разработан Кахидзе Александром Сергеевичем, автором и конструктором волновых тренажеров, тренажеров для восстановления, методик их оздоровительного и спортивного применения.

Основная цель занятий на волновом тренажере

 - глубже почувствовать свое целостное тело и его ритмы

- активизировать двигательные функции тела, практически, на всех уровнях построения движений.

При работе на тренажере, практически каждое движение вызывает механическую волну, проходящую сквозь тело, активирующую и строящую тело. Одновременно активируются все внутренние органы и ткани тела.

*При работе на тренажере происходит:*

- мягкая и дозированная стимуляция глубокой чувствительности

- неспецифическая активация всей нервной системы, в том числе активация познавательных и двигательных функций высших уровней построения движений

- активизация постуральной составляющей тела, автоматизация оси тела после упражнения Протяжка

- построение и выравнивание осанки, формирование устойчивости;

- работа с тазовым дном – «тазовый маятник», сидя или лежа на тренажере

- развитие зрительно-моторной координации.

Работа на тренажерах рекомендуется и детям, и взрослым. При проблемах/запросах

- построения тела

- построения осанки

- активизация работы всех функциональных систем тела

- активизация работы коры головного мозга и всех высших психических функций

- блоки и напряжения тела различных генезов,

- снижение активности, настроения,

- при депрессиях.

*Работа на тренажере возможна в парах.*

В этих случаях мы наблюдаем состраивание партнеров:

- активизация совместного чувствования,

- синхронизация движений

- вторично, состраивание и синхронизация более сложных психологических процессов.

*Работа в парах рекомендуется для*

- состраивание родителей и детей, улучшения детско-родительских отношений

- состраивание партнеров – улучшение взаимодействия партнеров внутри семьи, коллег по бизнесу, сотоварищей внутри объединений и групп.

*Приемы проводит специалист Центра: Гурьев А.Н.*