

Муниципальное автономное дошкольное учреждение «Детский сад «Дюймовочка»

**ПРИМЕНЕНИЕ КИНЕЗИОЛОГИЧЕСКИХ ИГР И
УПРАЖНЕНИЙ В РАБОТЕ
С ДЕТЬМИ**

Подготовила: педагог- психолог В.А.Неволина

КИНЕЗИОЛОГИЯ – это наука о развитии умственных способностей и физического здоровья через определенные двигательные игры и упражнения.



Основная цель кинезиологии: Развитие межполушарного воздействия, способствующее активизации мыслительной деятельности.

Задачи:

- развитие межполушарной специализации;
- синхронизация работы полушарий;
- развитие мелкой моторики;
- развитие памяти, внимания, речи;
- развитие мышления.

Существует великое множество способов тренировки мозга .

Вот лишь некоторые из тех, которые можно использовать в работе с детьми:

Колечко.

Поочередно и как можно быстрее перебирайте пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т.д. Проба выполняется в прямом и в обратном (от мизинца к указательному пальцу) порядке. Вначале упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем сразу двумя руками.



Кулак-ребро-ладонь.

Ребёнку показывают три положения руки на плоскости стола, последовательно сменяющих друг друга. Ладонь на плоскости, ладонь, сжатая в кулак, ладонь ребром на плоскости стола, распрямлённая ладонь на плоскости стола. Ребёнок выполняет пробу вместе с педагогом, затем по памяти в течение 8 - 10 повторений моторной программы. Проба выполняется сначала правой рукой, потом - левой, затем - двумя руками вместе. При усвоении программы или при затруднениях в выполнении педагог предлагает ребёнку помогать себе командами («кулак - ребро - ладонь»), произносимыми вслух или про себя.



Лезгинка.

Левую руку сложите в кулак, большой палец отставьте в сторону, кулак разверните пальцами к себе. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикоснитесь к мизинцу левой. После этого одновременно смените положение правой и левой рук. Повторить 6-8 раз. Добивайтесь высокой скорости смены положений.



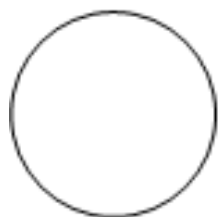
«Ухо - нос».

Левой рукой возьмитесь за кончик носа, а правой рукой - за противоположное ухо. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши, поменяйте положение рук «с точностью до наоборот».

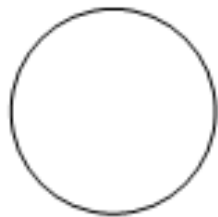


Зеркальное рисование.

Положите на стол чистый лист бумаги. Возьмите в обе руки по карандашу или фломастеру. Начните рисовать одновременно обеими руками зеркально – симметричные рисунки, буквы. При выполнении этого упражнения почувствуете, как расслабляются глаза и руки. Когда деятельность обоих полушарий синхронизируется, заметно увеличится эффективность работы всего мозга.



левая
рука



правая
рука



левая
рука



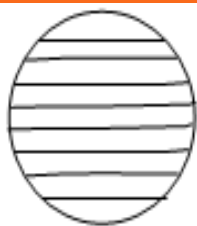
правая
рука



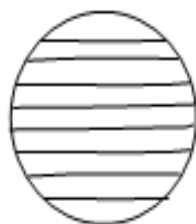
левая
рука



правая
рука



левая
рука



правая
рука



левая
рука



правая
рука

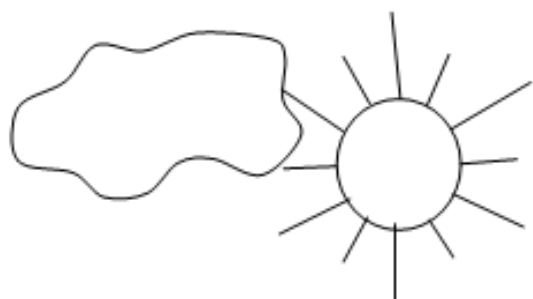


левая
рука

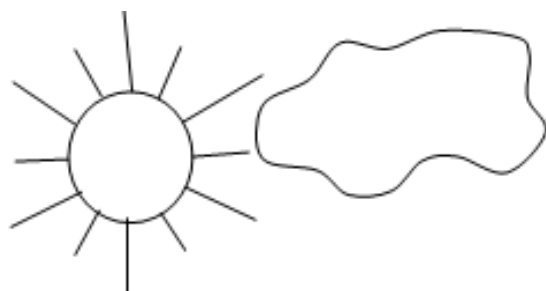


правая
рука

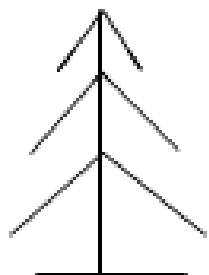
Примеры схем для зеркального рисования



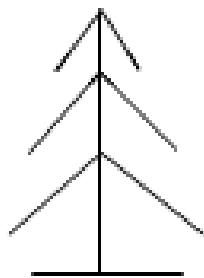
левая рука



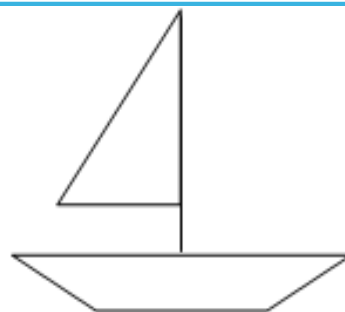
правая рука



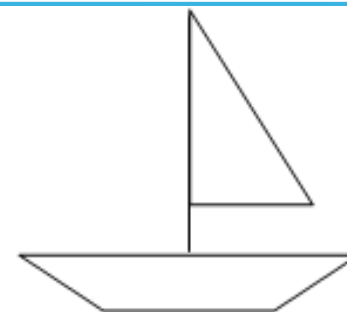
левая рука



правая рука

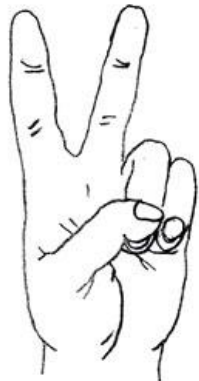


левая рука



правая рука

Упражнение: "Зайчик-коза-вилка"



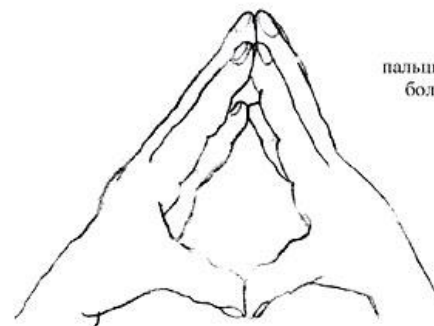
Зайчик - указательный и средний пальцы вытянуть вверх, мизинец и безымянный прижать к ладони большим пальцем.

Коза.
Указательный палец и мизинец выпрямить. Средний и безымянный - прижать большим пальцем к ладони.



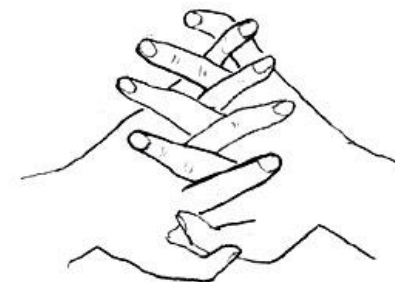
Вилка
Указательный, средний и безымянный пальцы вытянуты вверх, расставлены врозь и напряжены. Большой палец прижимает мизинец к ладони.

Упражнение: "Дом-ежик-замок"



Дом.
пальцы рук соединить под углом, большие пальцы соединить.

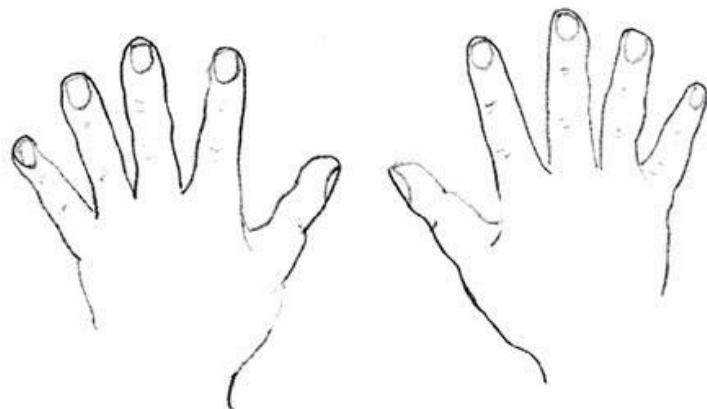
Ежик.
Поставить ладони под углом друг к другу. Расположить пальцы одной руки между пальцами другой.



Замок.
Ладони прижать друг к другу. Пальцы переплести.



Упражнение: "Фонарики"



Фонарики зажглись
Пальцы выпрямить

Поочередно

Фонарик погас

Фонарик зажегся



Пальцы одной руки сжаты



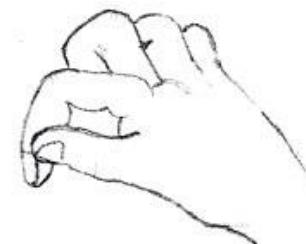
Пальцы другой руки выпрямлены

Упражнение: "Гусь-курица-петух"



Гусь.
Ладонь согнуть под прямым углом. Пальцы вытянуть и прижать друг к другу. Указательный палец согнуть и опирается на большой.

Курочка.
Ладонь немного согнуть. Указательный палец упирается в большой. Остальные пальцы накладываются друг на друга в полусогнутом положении.



Петух.
Ладонь поднять вверх. Указательный палец опирается на большой. Остальные пальцы растопырены в сторону и подняты вверх - это "гребешок".



Литература:

1. Сиротюк А. Л. Развитие интеллекта дошкольников. М, 2000
2. Сиротюк А. Л. Нейропсихологическое и психофизиологическое сопровождение обучения. М, 2003.
3. Задачи и функции психолога в дошкольном учреждении. Руководство для практического психолога. М., 1991.
4. Чиркова Т.И. Психологическая служба в детском саду. М., 2000.
5. Забрамная С.Д., Боровик О.В. Развитие ребенка в ваших руках. М., 2000.
6. Безруких М.В. Дети, которых не понимают взрослые // Дошкольное воспитание. 2002. № 5.
7. Регуш Л.А. Практикум по наблюдению и наблюдательности. Санкт-Петербург, 2001.
8. Психолог в детском дошкольном учреждении. Методические рекомендации к практической деятельности / Под редакцией Лаврентьевой. М, 1996.

Исследования показывают, что выполнение обычного действия «необычной» рукой активизирует новые участки мозга и помогает развивать новые контакты между клетками мозга.

Так что пробуйте, экспериментируйте.

Это не только полезно, но и весело!

