

*Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад «Чебурашка»*

**Семинар – практикум  
«Применение кинезиологических  
упражнений для развития  
умственных способностей детей  
дошкольного возраста».**



**КИНЕЗИОЛОГИЯ - НАУКА О  
РАЗВИТИИ УМСТВЕННЫХ  
СПОСОБНОСТЕЙ И  
ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ  
ЧЕРЕЗ ОПРЕДЕЛЁННЫЕ  
ДВИГАТЕЛЬНЫЕ  
УПРАЖНЕНИЯ И ИГРЫ**

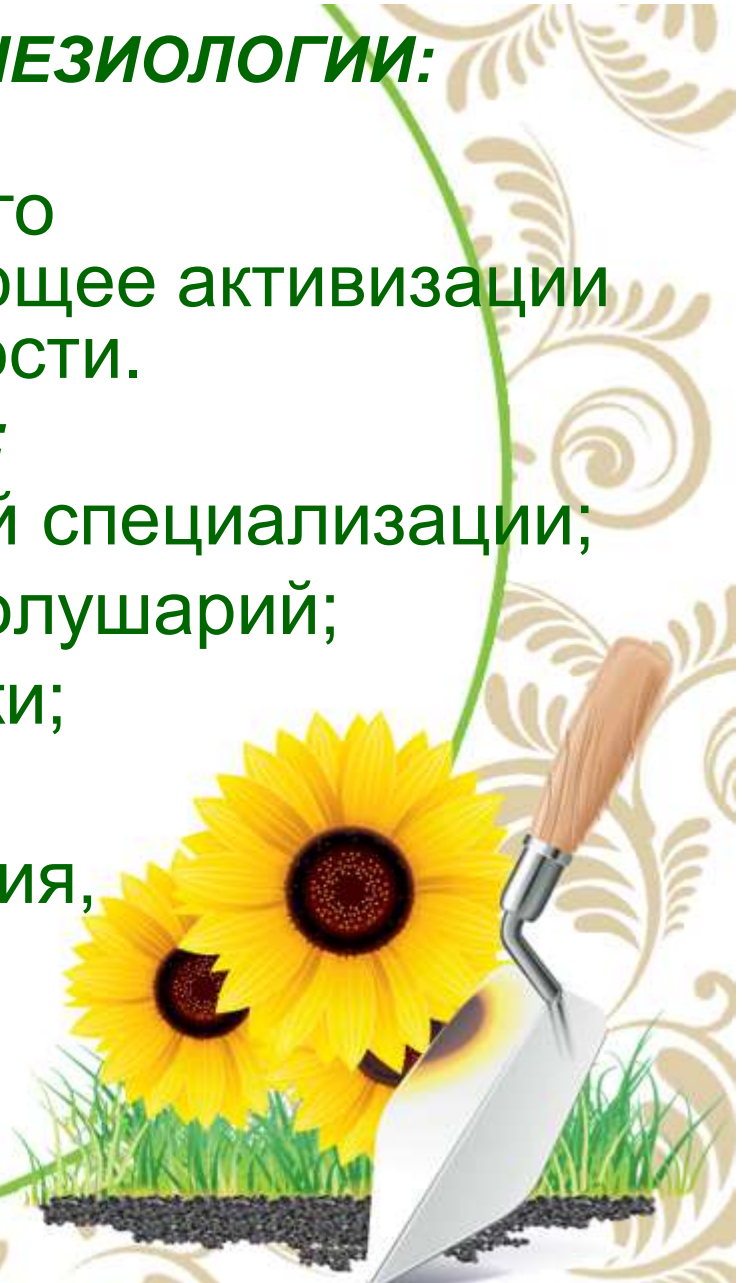


## ***ОСНОВНАЯ ЦЕЛЬ КИНЕЗИОЛОГИИ:***

- Развитие межполушарного воздействия, способствующее активизации мыслительной деятельности.

### ***Задачи:***

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



# **«ГИМНАСТИКА МОЗГА - КЛЮЧ К РАЗВИТИЮ СПОСОБНОСТЕЙ РЕБЁНКА»**

Мозг человека представляет собой «содружество» функционально ассиметричных полушарий левого и правого. Каждое из них является не зеркальным отображением другого, а необходимым дополнением.

Для того, чтобы творчески осмыслить любую проблему, необходимы оба полушария



**Правое  
полушарие**



**Левое  
полушарие**

## ЛЕВОЕ ПОЛУШАРИЕ

- отвечает за логически-аналитическое мышление;
- анализирует факты;
- обрабатывает информацию последовательно по этапам;
- обеспечивает процессы индуктивного мышления (в начале осуществляется процесс анализа, а затем синтеза)

## ПРАВОЕ ПОЛУШАРИЕ

- отвечает за образное мышление и пространственную ориентацию;
- отвечает за интуицию и интуитивную оценку;
- может одновременно обрабатывать много разнообразной информации, способно рассматривать проблему в целом, не применяя анализа

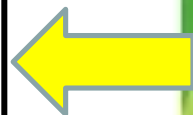
Л  
Е  
В  
О  
Е  
П  
О  
Л  
У  
Ш  
А  
Р  
И  
Е



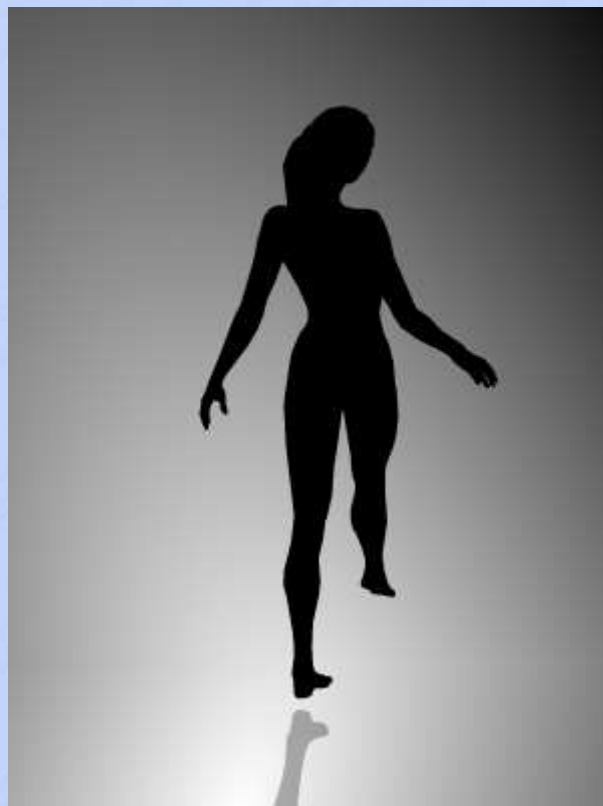
- Обрабатывает вербальную информацию, отвечает за языковые способности, контролирует речь, а также способности к чтению и письму;
- Отвечает за математические способности, работу с числами;
- Отвечает за планирование

- Обрабатывает невербальную информацию: специализируется на обработке информации, которая выражается не в словах, а в символах и образах;
- Ориентируется в настоящем;
- Контролирует движение левой половины тела

П  
Р  
А  
В  
О  
Е  
П  
О  
Л  
У  
Ш  
А  
Р  
И  
Е



# Тест лево – правополушарный тип



## Виды кинезиологических упражнений, используемых в работе с детьми:

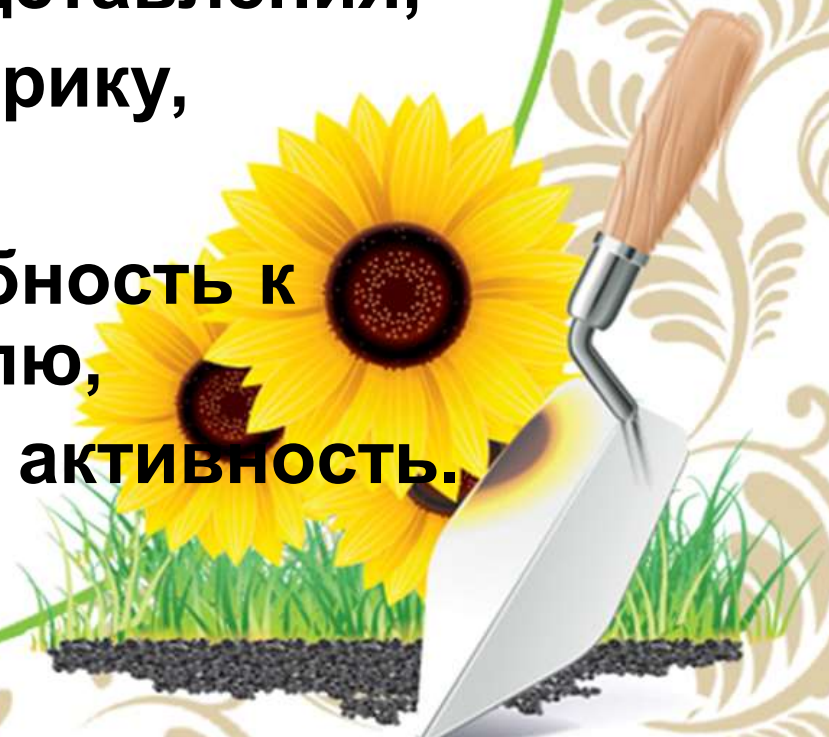
- **Растяжки** нормализуют гипертонус (неконтролируемое чрезмерное мышечное напряжение) и гипотонус (неконтролируемая мышечная вялость).
- **Дыхательные упражнения** улучшают ритмику организма, развивают самоконтроль и произвольность.
- **Глазодвигательные упражнения** позволяют расширить поле зрения, улучшить восприятие. Однонаправленные и разнонаправленные движения глаз и языка развивают межполушарное взаимодействие и повышают энергетизацию организма.
- При выполнении **телесных движений** развивается межполушарное взаимодействие, снимаются непроизвольные, непреднамеренные движения и мышечные зажимы.
- **Упражнения для релаксации** способствуют расслаблению, снятию напряжения.





# **ПРИМЕНЕНИЕ КИНЕЗИОЛОГИЧЕСКИХ ИГР И УПРАЖНЕНИЙ ПОЗВОЛЯЕТ УЛУЧШИТЬ У ВОСПИТАННИКОВ:**

- **память,**
- **внимание,**
- **речь,**
- **пространственные представления,**
- **мелкую и крупную моторику,**
- **снизить утомляемость,**
- **повысить работоспособность к произвольному контролю,**
- **повышает психическую активность.**



Способов тренировки мозга существует великое множество. 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.



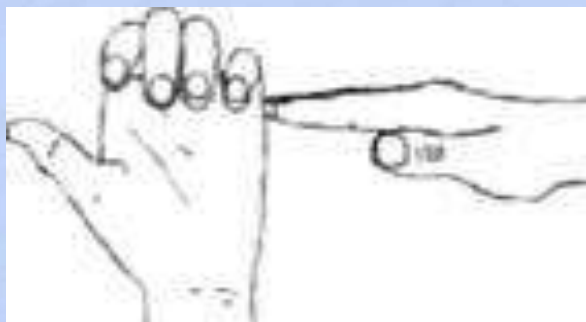
## Кулак-ребро-ладонь.

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.



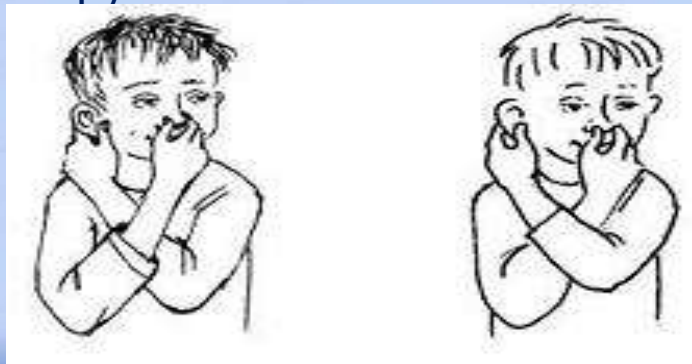
## Лезгинка.

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.

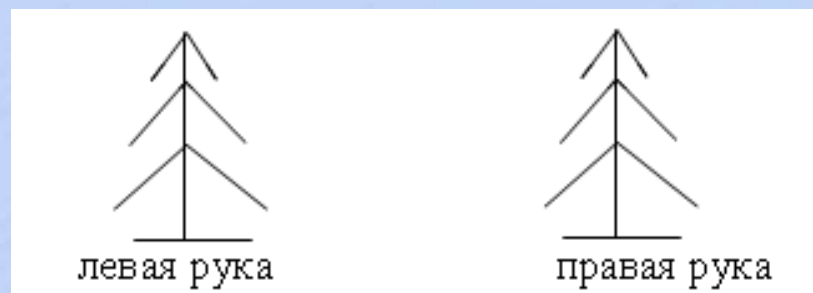
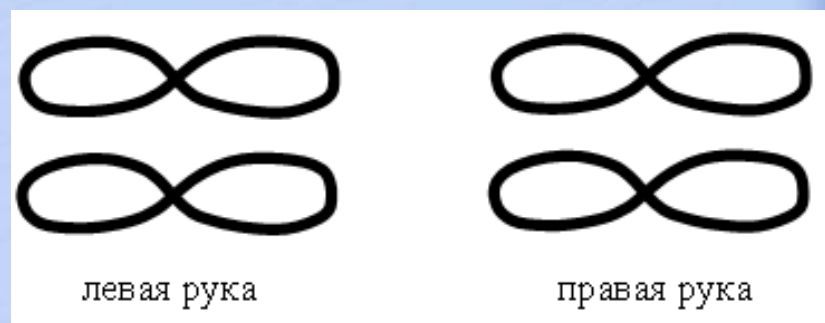
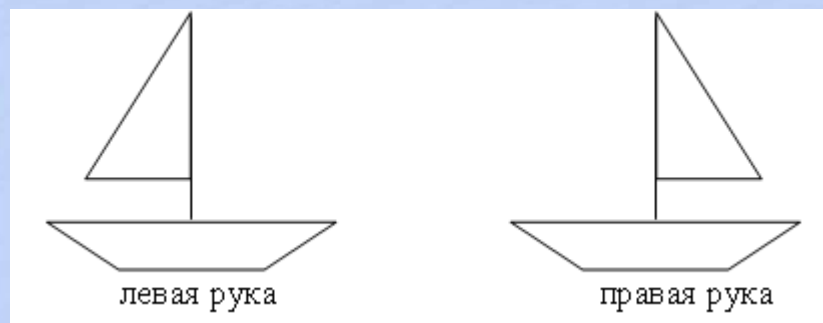
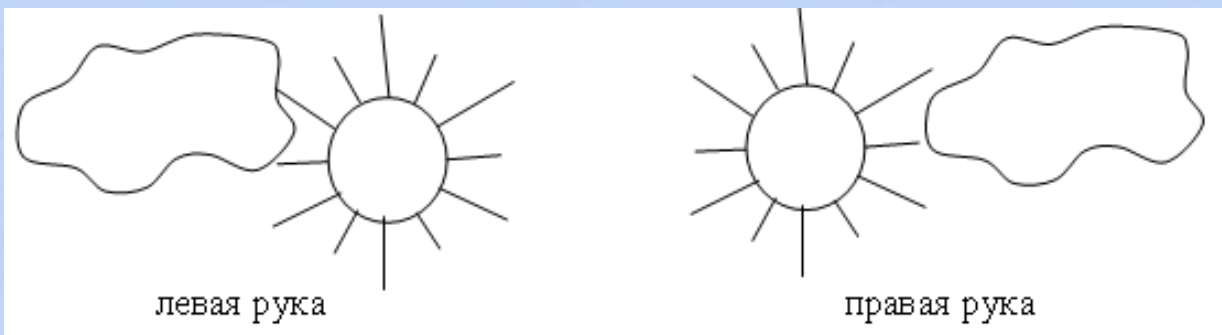


## Ухо – нос.

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».



## Примеры схем для зеркального рисования

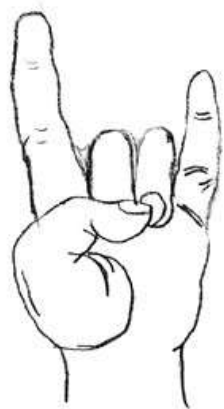


### Упражнение: "Зайчик-коза-вилка"



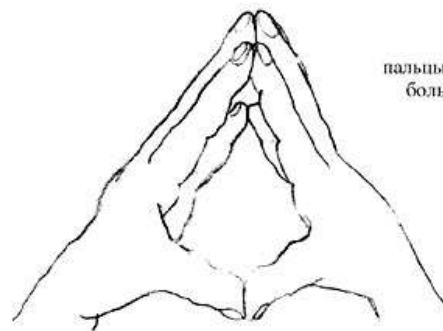
**Зайчик** - указательный и средний пальцы вытянуть вверх, мизинец и безымянный прижать к ладони большим пальцем.

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



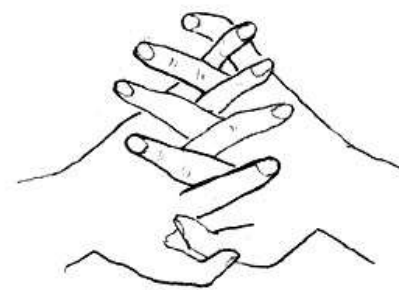
**Вилка**  
Указательный, средний и безымянный пальцы вытянуть вверх, расставлены врозь и напряжены. Большой палец прижимает мизинец к ладони.

### 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 № 1

Дышите только через одну ноздрю  
(сначала левую, затем правую).

### Упражнение № 2 «Яйцо».

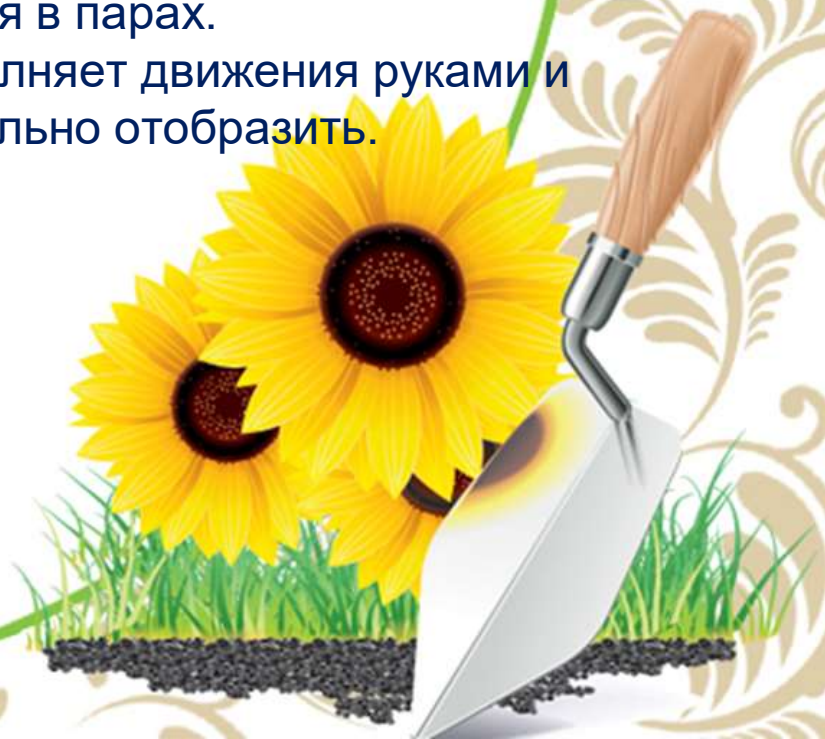
Сядьте на пол, подтяните колени к животу, обхватите их руками,  
голову спрячьте в колени.

Раскачивайтесь из стороны в сторону, стараясь расслабиться.

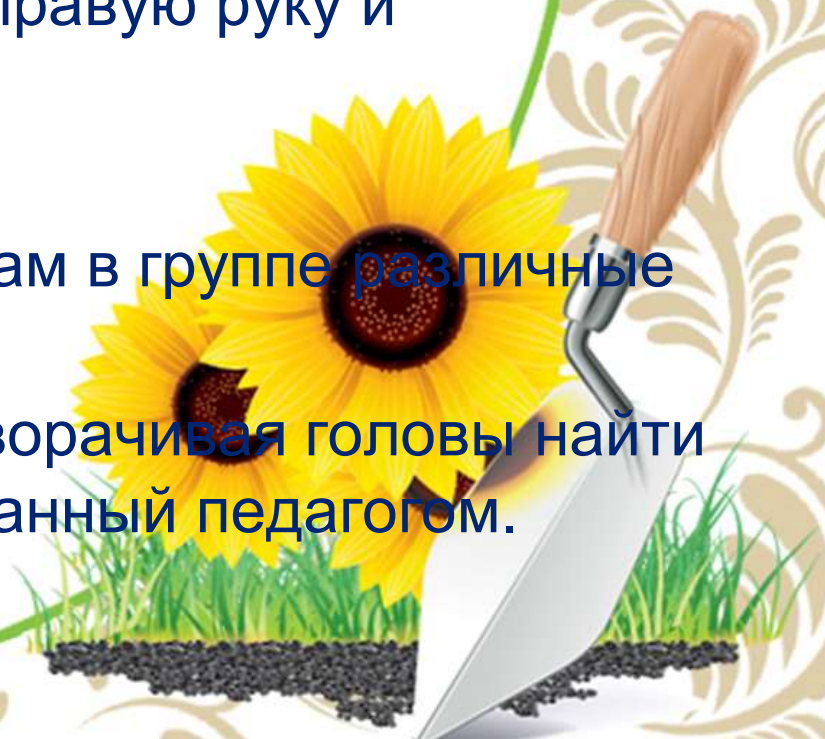
### Упражнение №3

Упражнение выполняется в парах.

Встаньте лицом друг к другу. Один выполняет движения руками и  
ногами, другой должен их зеркально отобразить.



- «Взгляд влево вверх». Правой рукой зафиксировать голову за подбородок. Взять в левую руку карандаш или ручку и вытянуть ее в сторону вверх под углов в 45 градусов так, чтобы, закрыв левый глаз, правым нельзя было видеть предмет в левой руке. После этого начинают делать упражнение в течение 7 секунд. Смотрят на карандаш в левой руке, затем меняют взгляд на “прямо перед собой”. (7 сек.). Упражнение выполняют 3 раза. Затем карандаш берут в правую руку и упражнение повторяется.
- «Глаз – путешественник».  
Развесить в разных углах и по стенам в группе различные рисунки игрушек, животных и т.д.  
Исходное положение – стоя. Не поворачивая головы найти глазами тот или иной предмет названный педагогом.





***Так что пробуйте,  
экспериментируйте.  
Это не только полезно, но и весело!***

***Спасибо  
за внимание!!!***

