

Консультация для родителей

*Подготовила Староверова О.Е.
воспитатель МБДОУ ДС №1*

КИНЕЗИОЛОГИЯ В ДЕТСКОМ САДУ

Сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения является основой оздоровления всего общества. Интересно отметить, что человек может мыслить, сидя неподвижно. Однако для закрепления мысли необходимо движение. И.П. Павлов считал, что любая мысль заканчивается движением. Именно поэтому многим людям легче мыслить при повторяющихся физических действиях.

В настоящее время я работаю воспитателем в разновозрастной группе комбинированной направленности, которую посещают дети в возрасте от 4 до 6 лет, среди них есть ребенок – инвалид и дети с ОВЗ.

В качестве психолого-педагогических условий, направленных на развитие интеллектуальных способностей у детей, активизации мыслительной деятельности, развития познавательного интереса к здоровому образу жизни, я опираюсь на один из новых подходов, который относится к здоровьесберегающим технологиям – это метод кинезиологии или «гимнастика для мозга».

Кинезиология - наука о развитии умственных способностей и физического здоровья через определенные двигательные упражнения.

Кинезиологические упражнения – это комплекс движений позволяющих активизировать межполушарное взаимодействие.

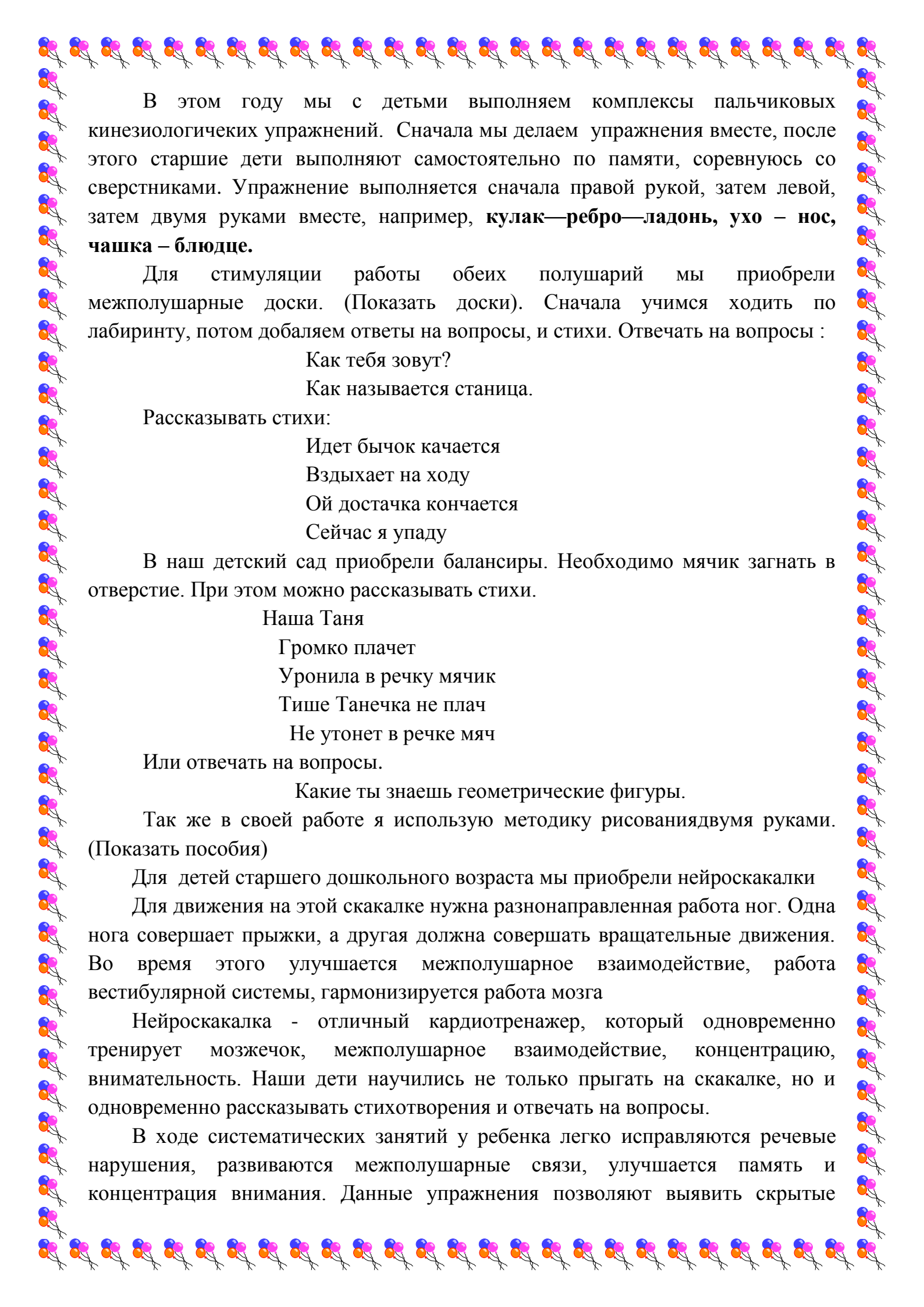
Применять данную методику я начала с прошлого года с детьми младшего возраста, так как самый благоприятный период для развития интеллектуальных и творческих возможностей человека – от 3 до 9 лет. Еще В.А. Сухомлинский говорил: "Ум ребенка лежит на кончиках его пальцев". Свою работу я строила от простого к сложному. С малышами мы выполняли следующие упражнения:

Пальчик - (показать указательный палец), **Зайчик** - (поднять вверх 2 пальца: указательный и средний), **Кулачок**.

Для результативности развивающей работы необходимо учитывать определенные условия:

- выполнять упражнения ежедневно, в доброжелательной обстановке, добиваться от детей точного выполнения движений.

Старшие дети.



В этом году мы с детьми выполняем комплексы пальчиковых кинезиологических упражнений. Сначала мы делаем упражнения вместе, после этого старшие дети выполняют самостоятельно по памяти, соревнуясь со сверстниками. Упражнение выполняется сначала правой рукой, затем левой, затем двумя руками вместе, например, **кулак—ребро—ладонь, ухо – нос, чашка – блюдец.**

Для стимуляции работы обеих полушарий мы приобрели межполушарные доски. (Показать доски). Сначала учимся ходить по лабиринту, потом добавляем ответы на вопросы, и стихи. Отвечать на вопросы :

Как тебя зовут?

Как называется станция.

Рассказывать стихи:

Идет бычок качается

Вздыхает на ходу

Ой достачка кончается

Сейчас я упаду

В наш детский сад приобрели балансиры. Необходимо мячик загнать в отверстие. При этом можно рассказывать стихи.

Наша Таня

Громко плачет

Уронила в речку мячик

Тише Танечка не плач

Не утонет в речке мяч

Или отвечать на вопросы.

Какие ты знаешь геометрические фигуры.

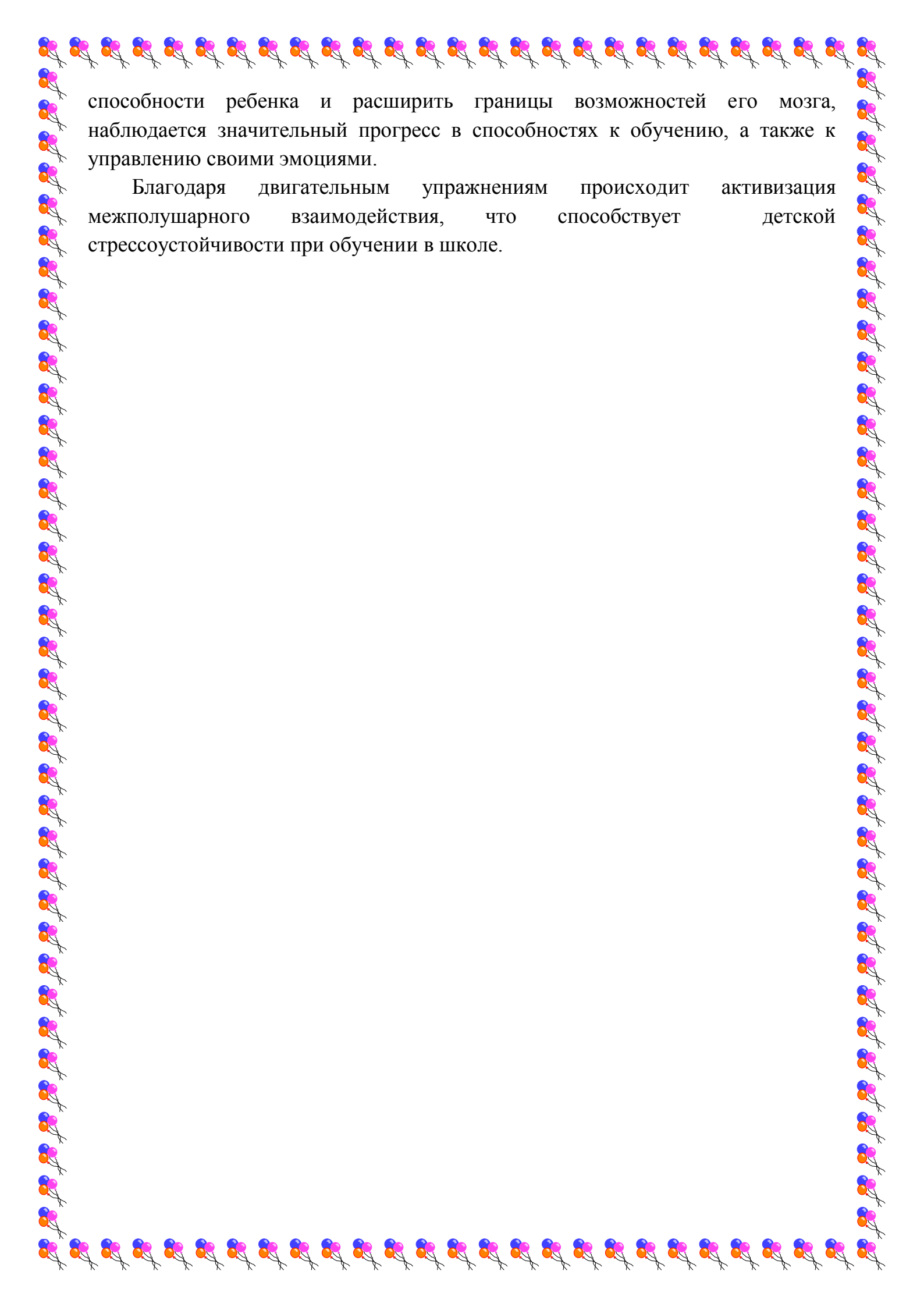
Так же в своей работе я использую методику рисования двумя руками. (Показать пособия)

Для детей старшего дошкольного возраста мы приобрели нейроскакалки

Для движения на этой скакалке нужна разнонаправленная работа ног. Одна нога совершает прыжки, а другая должна совершать вращательные движения. Во время этого улучшается межполушарное взаимодействие, работа вестибулярной системы, гармонизируется работа мозга

Нейроскакалка - отличный кардиотренажер, который одновременно тренирует мозжечок, межполушарное взаимодействие, концентрацию, внимательность. Наши дети научились не только прыгать на скакалке, но и одновременно рассказывать стихотворения и отвечать на вопросы.

В ходе систематических занятий у ребенка легко исправляются речевые нарушения, развиваются межполушарные связи, улучшается память и концентрация внимания. Данные упражнения позволяют выявить скрытые

A decorative border of colorful balloons (blue, pink, orange) with black strings, framing the text on all four sides.

способности ребенка и расширить границы возможностей его мозга, наблюдается значительный прогресс в способностях к обучению, а также к управлению своими эмоциями.

Благодаря двигательным упражнениям происходит активизация межполушарного взаимодействия, что способствует детской стрессоустойчивости при обучении в школе.