

Кинезиология , как игровое оздоровление

«Движение может заменить лекарство – но
ни одно лекарство не заменит
движения».

Ж. Тассо.



Актуальность

- 0* *Постоянно растущее число детей с нарушениями в физическом и психическом развитии ставит перед педагогами задачу поиска эффективных форм, приемов, методов профилактики и укрепления здоровья малышей в условиях детского образовательного учреждения.*

o **КИНЕЗИОЛОГИЯ** – наука о развитии умственных способностей и физического здоровья через определенные двигательные упражнения.

Кинезиология – это методика сохранения здоровья путём воздействия на мышцы тела, т.е. путем физической активности.

o **Кинезиология** – наука о развитии головного мозга через движение.

Функции полушарий ГОЛОВНОГО МОЗГА



Основная цель кинезиологии:

Развитие межполушарного взаимодействия, способствующее активизации мыслительной деятельности.

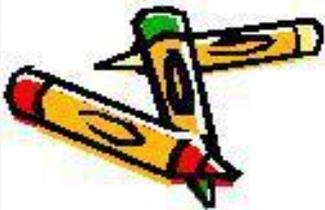
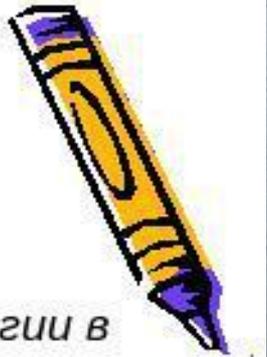
Задачи:

- 0 Развитие межполушарной специализации.
- 0 Синхронизация полушарий.
- 0 Развитие общей и мелкой моторики.
- 0 Развитие памяти, внимания, воображения, мышления.
- 0 Развитие речи.
- 0 Формирование произвольности.
- 0 Снятие эмоциональной напряженности.
- 0 Создание положительного эмоционального настроения.

o Именно кинезиологические упражнения позволяют создать новые нейронные связи и улучшить работу головного мозга, отвечающие за развитие психических процессов, в том числе речи и интеллекта.

Где применяют кинезиологические упражнения?

- 1. Коррекция проблем обучения методами кинезиологии в дошкольном и младшем школьном возрасте.
- 2. Адаптация леворукого ребёнка в «праворуком» мире.
- 3. Кинезиологическая профилактика соматических заболеваний.
- 4. Использование кинезиологических упражнений для работы с девиантными подростками.
- 5. Применение кинезиологических приёмов в ситуации стресса.
- 6. Автономная кинезиологическая гимнастика космонавтов.



КИНЕЗИОЛОГИЯ ОТНОСИТСЯ К ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ТЕХНОЛОГИИ

- **Здоровьесберегающая технология** – это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития.
- *Под влиянием кинезиологических тренировок в организме происходят положительные структурные изменения. При этом, чем интенсивнее нагрузка, тем значительнее эти изменения. Данная методика позволяет выявить скрытые способности ребёнка и расширить границы возможностей его мозга.*

Структура внедрения здоровьесберегающей технологии «Кинезиология»

Кинезиологические приемы и методы



Работа с детьми



Работа с родителями



**Работа с музыкальным
руководителем и психологом**

Содержание работы по применению кинезиологических упражнений с детьми

Задачи:

- 0 снятие эмоциональной напряженности, создание настроения;
- 0 развитие межполушарного взаимодействия, внимания, памяти, воображения;
- 0 развитие мелкой моторики, речи, мышления;
- 0 активизация работы мышц глаз;
- 0 формирование добрых чувств по отношению к близким;
- 0 формирование самостоятельности, уверенности в себе, повышение самооценки.



ДЛЯ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩЕЙ РАБОТЫ НЕОБХОДИМО УЧИТЫВАТЬ ОПРЕДЕЛЕННЫЕ УСЛОВИЯ

- 0 занятия проводятся утром;
- 0 занятия проводятся в доброжелательной обстановке;
- 0 от детей требуется точное выполнение движений и приемов;
- 0 упражнения проводятся стоя или сидя за столом;
- 0 упражнения проводятся по специально разработанным комплексам; с постепенным усложнением.
- 0 Выполнение кинезиологических упражнений возможно на предметных занятиях;
- 0 Все упражнения в игровой форме;
- 0 длительность занятий по одному комплексу составляет две недели.
- 0 Все упражнения целесообразно проводить с использованием музыкального сопровождения. Спокойная, мелодичная музыка создает определенный настрой у детей. Она успокаивает, направляет на ритмичность выполнения упражнений в соответствии с изменениями в мелодии

- 0 Совершенствование интеллектуальных и мыслительных процессов необходимо начинать с развития движений пальцев и тела.
- 0 Развивающая работа должна быть направлена от движений к мышлению, а не наоборот.
- 0 Для успешного обучения и развития ребенка в школе одним из основных условий является полноценное развитие в дошкольном детстве мозолистого тела.
- 0 Мозолистое тело (межполушарное взаимодействие) можно развить через кинезиологические упражнения.

Фиолетовый

Синий

Желтый

Красный

Черный

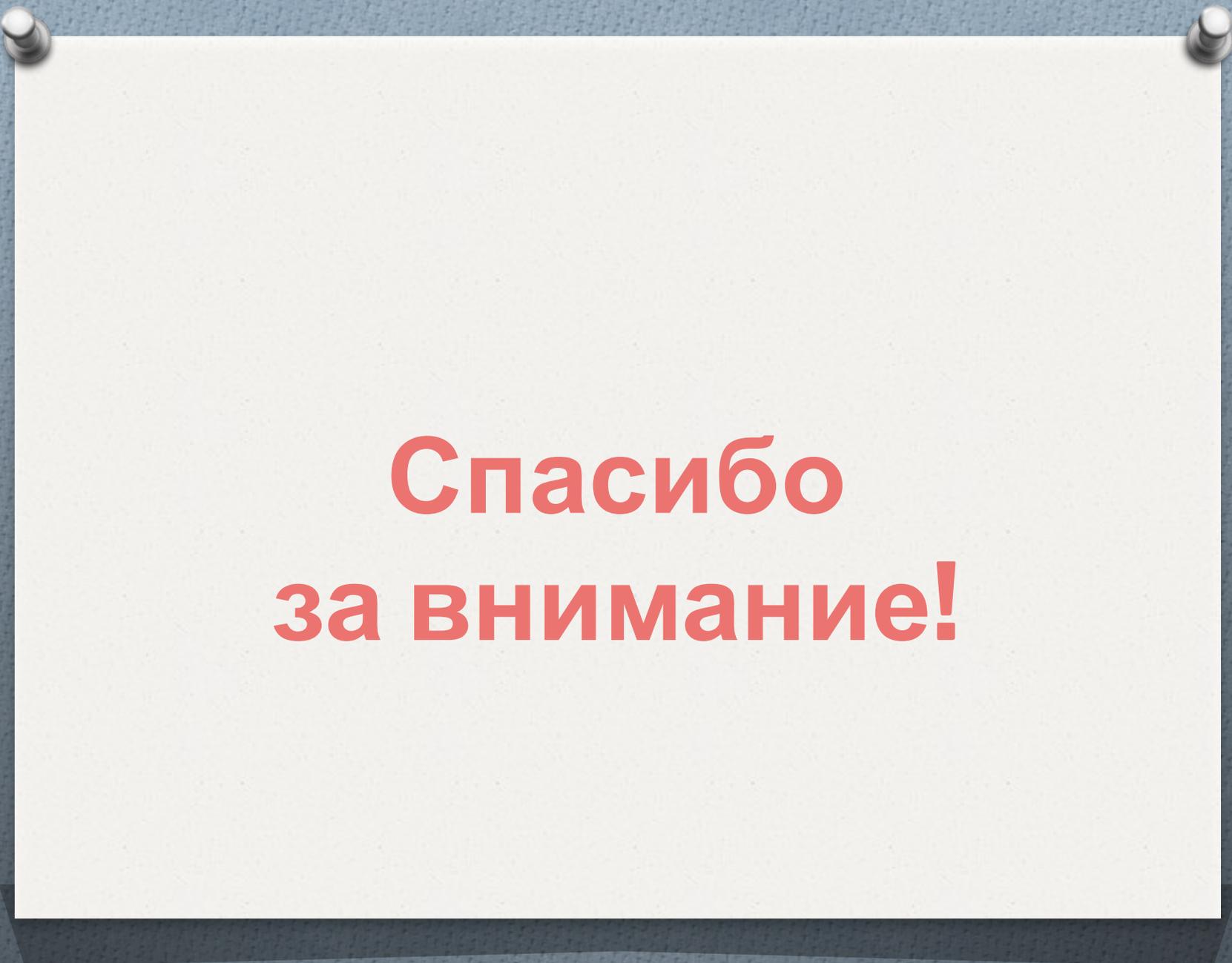
Голубой

Зеленый

Розовый

Белый

Оранжевый



**Спасибо
за внимание!**

- Кинезиологи смотрят на здоровье с трех основных направлений – химического, структурного и умственного – каждый из них взаимодействует с другими, и все вместе они представляют собой целое, единое, что и называется Триада Здоровья. Чтобы кто-то был полностью здоров, все три системы должны функционировать хорошо, в гармонии друг с другом. А корень, вызывающий болезнь, не всегда очевиден.
- В медицине широко известна спортивная кинезиология. Спортивная кинезиология нацелена на помощь спортсменам в достижении высоких результатов и оптимальном восстановлении после травм. Существуют различные виды кинезиологии: прикладная, психотерапевтическая, образовательная, целебное прикосновение, клиническая и т. д.
- Образовательная кинезиология, что нас и интересует, в основном применяется в педагогических целях для улучшения обучения, в частности чтения, письма, математики, запоминания и пр. Она оказывает помощь, как детям, так и взрослым, в ситуациях, требующих ясного мышления или связанных с проблемными областями.
- В этом методе уделяется особое внимание восстановлению взаимодействия и координации между правым и левым полушариями, а затем между другими частями мозга. Еще в 1960-ые годы перекрестные движения использовались для помощи детям с мозговыми нарушениями. Перекрестные движения вынуждают правое и левое полушарие работать одновременно. Когда они функционируют вместе, то взаимодействие между ними, осуществляемое через мозолистое тело – своеобразный мост между правым и левым полушариями, улучшается.
- Для улучшения обучаемости используются и другие различные упражнения. В программе «Гимнастика для мозга» эти упражнения собраны в комплекс, рекомендуемый для выполнения детям.

- Игра, несомненно, является ведущим видом деятельности дошкольника. Именно через игру ребёнок познаёт мир, готовится к взрослой жизни. Одновременно, игра является основой творческого развития ребёнка, развития умения соотношения творческих навыков в реальной жизни. Игра выступает в роли своеобразного мостика от мира детей к миру взрослых, где всё переплетено и взаимосвязано: мир взрослых влияет на мир детей (и наоборот) игры часто подразумевают «исполнение» детьми определённых социальных ролей взрослых. Взрослые часто используют игры, для того, чтобы ещё лучше познать мир (деловые игры), повысить уровень «внутреннего Я» (спортивные игры) развить уровень интеллекта (сюжетно-ролевые игры) и др. Игра основана на восприятии представленных правил, тем самым ориентирует ребёнка на соблюдение определённых правил взрослой жизни. Игра в силу своих характеристик – лучший способ добиться развития творческих способностей ребёнка без использования методов принуждения. Из всего вышесказанного ясно, какую роль должна занимать (занимает) игра в современном воспитательном процессе и насколько важно стремиться активизировать игровую деятельность дошкольников. Отсюда постоянная важность и актуальность рассмотрения теории применения игры в воспитании и развитии ребёнка, становлении у него творческих способностей.
- Игра занимает значительную часть в жизни ребенка. А.С. Макаренко, известнейший в нашей стране педагог, говорил, что «игра для ребенка имеет тоже значение в жизни, что для взрослого имеет деятельность, работа, служба». Она оказывает многогранное влияние на его психическое развитие. В процессе игровой деятельности дети овладевают новыми навыками, знаниями и умениями, формируются морально-волевые качества, раскрываются многие происходящие в ребенке процессы, его жизненные ситуации, а главное только в игре осваиваются правила человеческого общения. Игра помогает ребенку научиться правильно относиться к другим людям в реальной жизни.
- Для ребенка игра не всегда милая забава, для него игра – это труд, в котором он преодолевает себя. Игра – это сама жизнь, это огромный мир.
- В данной работе мы попытаемся понять этот огромный мир и для этого сначала ответим на несколько необходимых вопросов, таких как: что же такое игра и дошкольный возраст, почему же именно игра является ведущим видом деятельности дошкольного возраста, какие бывают виды игр и функции

- Название «кинезиология» происходит от греческого слова «кинезис» (kinesis), что означает «движение». Имеется в виду мышечное движение. Греческое же происхождение имеет и слово «логос» (logos), которое обычно переводят как «наука».
- **Получается, что «кинезиология» - это наука о движении, о движении мышц.**
- Но «логос» означает также ещё и «слово», «язык». Понятие о **кинезиологии как о языке движений** тоже звучит неплохо! Такое название связано с тем, что основным методом в кинезиологии является так называемый **«метод мышечного тестирования»**, т.е. регулярное определение тонуса тех или иных мышц в процессе кинезиологической процедуры. В последнее время ряд кинезиологов предпочитают называть эту технику **«методом мышечного мониторинга»**.
- Современная целительская кинезиология ведет свое существование с 1964 года. Ее основатель - американский дипломированный хиропрактик доктор Джордж Гудхарт (George Goodheart). Именно он разработал свой собственный метод работы с мышцами и назвал его «прикладной кинезиологией» («applied kineziology»).