

# Консультация для воспитателей «Использование методов кинезиологии в работе с дошкольниками»



Учитель-  
логопед:  
Ешенко Н.В.

МАДОУ  
«Березка»  
г. Хабаровск  
2018 г.

*«Забота о здоровье детей –  
это величайший труд  
педагога».*

**В. А. Сухомлинский**

**Кинезиология — наука о  
развитии умственных  
способностей и физического  
здоровья через определённые  
двигательные упражнения.**

метод кинезиологии направлен на коррекцию механизма возникновения психофизиологических отклонений в развитии. Применение данного метода позволяет улучшить у ребенка речь, внимание, моторику, снижает утомляемость, активизирует интеллектуальные и познавательные способности.

## Кинезиологические упражнения:

- позволяют активизировать межполушарные взаимодействия,
- приводят к гармонизации баланса жизненной энергии у человека,
- обладают оздоравливающим и антистрессорным эффектом,
- снижают утомляемость,
- повышают способность к произвольному контролю,
- улучшают мыслительную деятельность, память и внимание.

**Занятия проводятся по специально разработанному комплексу, в который включены:**

- Упражнения для развития мелкой моторики.
- Растяжки.
- Дыхательные упражнения.
- Глазодвигательные упражнения.
- Телесные упражнения.
- Упражнения на релаксацию.

# Требования

- Все упражнения воспитатель должен выполнять вместе с детьми, постепенно от занятия к занятию увеличивая время и сложность.
- **Указания** ребенку должны быть спокойными, доброжелательными и четкими.
- **Применение упражнений**: на занятиях и в свободное время.
- **Продолжительность занятий** — 10—15 мин.
- **Периодичность** — ежедневно.
- **Время занятий** — утро, день.

# Цель занятия:

- развитие межполушарного взаимодействия;
- синхронизация работы полушарий;
- устранение дезадаптации в процессе обучения;
- развитие мелкой моторики;
- развитие умственных способностей;
- развитие памяти, внимания, речи;
- формирование пространственных представлений;
- развитие мышления;
- устранение дислексии.

# **В кинезиологические упражнения входят:**

- Упражнения на развитие мелкой моторики,
- растяжки
- дыхательные упражнения,
- глагодвигательные упражнения,
- телесные упражнения,
- упражнения на релаксацию,
- массаж.

# Упражнения на развитие мелкой моторики

1. «Домик»
2. «Ладонка»
3. «Лезгинка»
4. «Ухо-нос»
5. «Симметричные рисунки»
7. «Ожерелье»
6. «Кулак - ребро-ладонь»
6. «Зеркальное рисование»



# Растяжки

Растяжки нормализуют гипертонус (неконтролируемое чрезмерное мышечное напряжение) и гипотонус (неконтролируемая мышечная вялость).

1. «Снеговик»
2. «Дерево»
3. «Тряпичная кукла и солдат»
4. «Сорви яблоки»

# Дыхательные упражнения

Дыхательные упражнения улучшают ритмику организма, развивают самоконтроль и произвольность.

1. «Свеча»
2. «Дышим носом»
3. «Ныряльщик»
4. «Надуй шарик»
5. «Дыхание»
6. «Губы трубкой»

# Глазодвигательные упражнения

Глазодвигательные упражнения позволяют расширить поле зрения, улучшить восприятие, снять напряжение.

1. «Взгляд влево вверх»
2. «Глазки»
3. «Слон»
5. «Горизонтальная восьмерка»
4. «Глаз – путешественник»



# Телесные упражнения

Телесные упражнения развивают межполушарное взаимодействие, при этом снимаются произвольные, непреднамеренные движения и мышечные зажимы. (человеку для закрепления мысли необходимо движение).

1. «Перекрестное марширование»
2. «Мельница»
3. «Паровозик»
4. «Робот»
5. «Маршировка»
6. «Колено – локоть».
7. «Яйцо».
8. «Дерево»
10. «Повороты шеи»
9. «Крюки».



# Упражнения на релаксацию

Упражнения на релаксацию способствуют расслаблению, снятию напряжения.

1. «Дирижер»
2. «Путешествие на облаке»
3. Релаксация «Ковер-самолет»

# Итоговая диагностика

- показывает:**
1. Владеют навыками пересказа.
  2. Владеют навыками диалогической и монологической речи.
  3. Грамматически правильно оформляют самостоятельную речь в соответствии с нормами языка (дифференцируют грамматические значения рода, числа и падежа).
  4. Правильно употребляют простые и сложные предлоги.
  5. Владеют приёмами словообразования.
  6. Используют в общении слова различных лексико-грамматических категорий.

1. Улучшается концентрация, распределение, переключаемость и устойчивость внимания.
2. Расширяется объём памяти, она становится более произвольной и целенаправленной.
3. Формируется словесно-логическое мышление.
4. Расширяется поле восприятия.
5. Развивается творческое воображение.

Помимо этого дети овладевают навыками саморегуляции: управляют своими эмоциями, умеют преодолевать усталость.