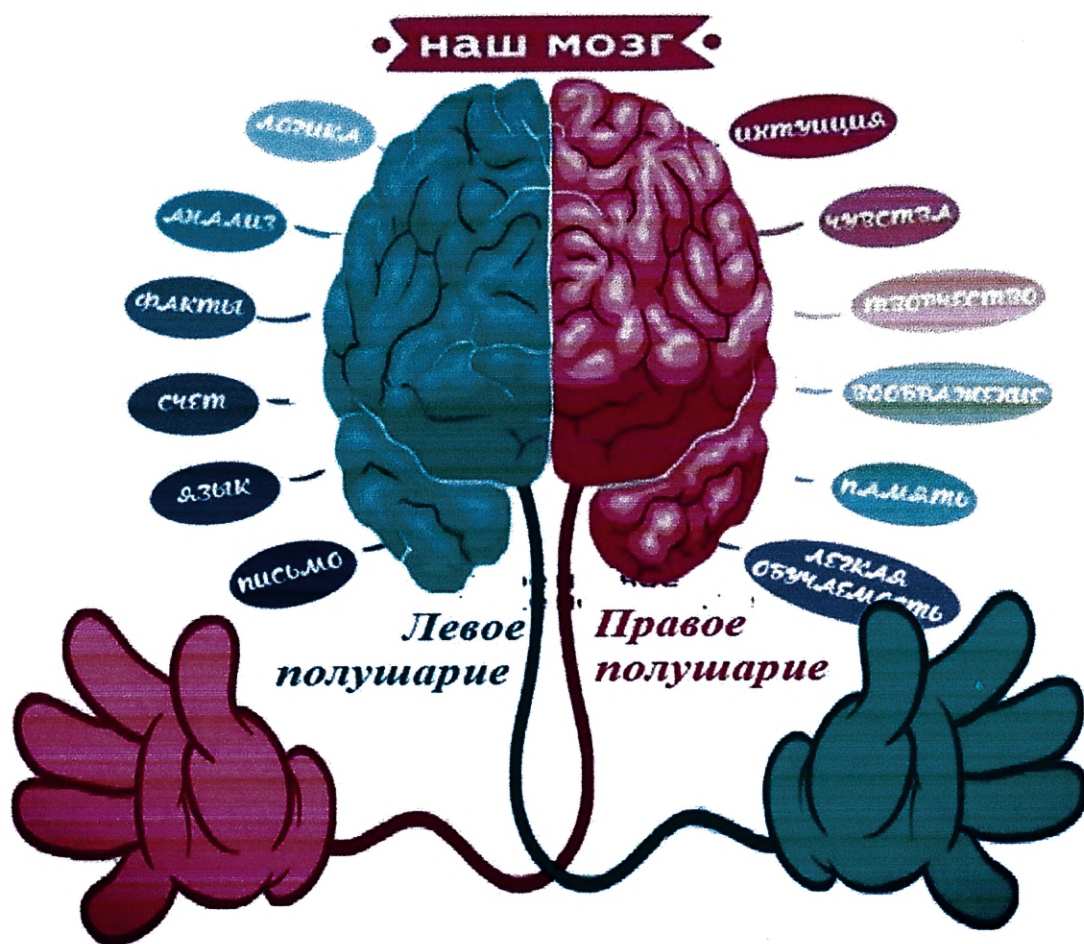


Роль кинезиологических упражнений в развитии дошкольников



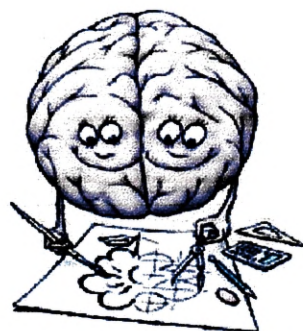
Всем родителям хотелось бы видеть своего ребёнка внимательным, обладающим хорошей памятью, логикой, сообразительностью.

КИНЕЗИОЛОГИЯ – это наука о развитии головного мозга через движение.

Кинезиология - комплексная система игр и упражнений, позволяющих активизировать межполушарное взаимодействие, включающая в себя различные направления деятельности, и занимается развитием умственных и физических способностей, психических процессов.

Кинезиологические игры и упражнения позволяют:

- активизировать различные отделы коры головного мозга;
- развивать межполушарные связи мозга;
- синхронизировать работу полушарий мозга;
- создавать новые нейронные связи;
- развивать все компоненты речи;
- совершенствовать развитие мелкой моторики;
- улучшить концентрацию внимания, памяти, мышления, пространственных представлений;
- улучшить зрительно-моторную координацию;
- снижать утомляемость;
- повысить способность к произвольному контролю;
- развить способность управлять своими эмоциями.



КИНЕЗИОЛОГИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

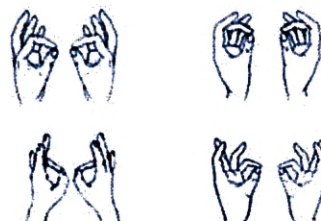
Упражнение «Ухо-нос»

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 наоборот».



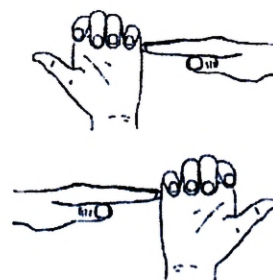
Упражнение «Колечки»

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 обратном порядке: от мизинца к указательному пальцу. В начале, упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем сразу двумя руками.



Упражнение «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.



Упражнение «Змейка»

Скрестите руки ладонями друг к другу, сцепите пальцы в замок, выверните руки к себе. Двигайте пальцем, который укажет ведущий. Палец должен двигаться точно и четко. Прикасаться к пальцу нельзя. Последовательно в упражнении должны участвовать все пальцы обеих рук.



Рекомендации родителям по выполнению кинезиологических упражнений

- **ВАЖНО!** Сначала каждое упражнение должен освоить взрослый. Необходимо самостоятельно понять какие ощущения вызывает выбранное упражнение, какие органы задействуются, какой дает результат. После этого, как вы поймете технику выполнения, сможете дать своему дошкольнику более чёткую инструкцию по выполнению задания, а самое главное проконтролировать технику выполнения ребёнком;
- занятия проводятся в доброжелательной обстановке;
- занятия можно проводить в любое время дня;
- занятия должны носить системный характер, без пропусков и проводиться ежедневно;
- необходимо постепенно увеличивать темп и сложность;
- **ВАЖНО!** Требование: точное выполнение всех движений и приёмов;
- упражнения проводятся стоя или сидя за столом;
- продолжительность занятий зависит от возраста ребёнка и может составлять от 5 до 10 минут в день;
- упражнения можно проводить в различном порядке;
- **ВАЖНО!** Использовать речь, только в начале занятия в виде инструкции или помощи, затем упражнения выполняются молча.



Желаю Вам успехов!

Учитель-логопед
логопедической группы № 12
Наталья Юрьевна Кобзарь