

## Применение кинезиологических упражнений в работе учителя-логопеда ДОУ

Общее недоразвитие речи – это системное нарушение речевой деятельности, незрелость психических процессов, речевая активность недостаточная, пространственные нарушения, снижение работоспособности, расстройства в эмоционально-волевой сфере, отставание в двигательной сфере, которая приводит к плохой координации движений. Для преодоления таких нарушений необходимо проводить комплексную психокоррекционную работу.

Применение **кинезиологических** упражнений создает благоприятные условия для развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными способностями и склонностями, имеет накопительный характер и дает возможность формирования потенциала психофизического здоровья и достаточный уровень готовности к обучению в школе.

**Кинезиология** – наука о развитии головного мозга через движение. Формами работы являются комплексы **кинезиологической** и дыхательной гимнастик, точечный массаж, дыхательные упражнения, упражнения для развития общей и мелкой моторики, упражнения на релаксацию.



Цель специализированной образовательной **кинезиологии**:

- повышение работоспособности,
- улучшение вербальной памяти, концентрации, объёма и переключаемости внимания,
- создании положительных установок на учёбу,
- повышение жизненных сил организма как психо-физиологических предпосылок повышения эффективности обучения.

Кинезиологические упражнения называют «гимнастикой для мозга», они укрепляют психофизиологическое здоровье детей, повышают общий жизненный тонус:

- дыхательные упражнения – развивают самоконтроль и произвольность, улучшают ритмику организма;
- упражнения для развития общей и мелкой моторики – стимулируют речевые зоны головного мозга;
- упражнения на релаксацию – способствуют расслаблению, снятию напряжения.

**Кинезиологические упражнения** – это комплекс движений, позволяющих активизировать межполушарное взаимодействие. Данные упражнения помогают лучше концентрировать внимание на слухе, улучшают чувствительность левой и правой стороны тела. Упражнения для развития межполушарного взаимодействия способствуют улучшению запоминания, повышают устойчивость внимания, улучшают мыслительную деятельность.

Такие упражнения как:

«Уши», «Лезгинка», «Кулак – ребро – ладошка», «Лягушка», «Колечко».

Упражнения для развития правого полушария развивают творческие способности на основе наглядно-образного мышления, развивают интуицию.

Упражнения для развития левого полушария улучшают память, активизируют работу головного мозга, преодолеваются математические трудности.

1. Оттянуть уши вперед, затем назад, медленно считая до десяти. Начинать с открытыми глазами, продолжать с закрытыми.
2. Массировать верхние и нижние веки, не закрывая глаз.
3. Одну минуту массировать щеки круговыми движениями пальцев. Потом двумя пальцами рисовать круги на подбородке и лбу, считая до тридцати.

**Кинезиологические упражнения** улучшают внимание и память, формируют пространственные представления.

Чаще всего **кинезиологические упражнения** используют в пальчиковых гимнастике. Дети закрепляют знания об окружающем мире в игровой форме.

**Кинезиологические «рисовалки»** – это **кинезиологические упражнения** и рисование. Детям дается шаблон, который нужно раскрасить двумя руками одновременно. Работу нужно начинать с дорисовывания простых линий и точек, а потом переходить на круги, спирали, волнистые линии. Когда дети поймут **технику** дорисовывания простых шаблонов, им предлагаются сложные шаблоны, где нужно отобразить заданные узоры или нарисовать целые объекты.

Дети становятся более внимательными, умеют мыслить ясно и четко, могут убедить других в своей правоте.

Для результативности коррекционно-развивающей работы необходимо соблюдать следующие условия:

- **кинезиологическая** гимнастика проводится только утром, систематически, без пропусков; в доброжелательной обстановке;
- необходимо следить за правильностью выполнения упражнения и при необходимости оказать ребенку посильную помощь;
- перед началом упражнения ребенок разогревает ладони легкими поглаживающими движениями до приятного ощущения тепла.

Регулярные занятия приводят к снижению тревожности, развивается устная речь, пропадает страх отвечать, улучшаются коммуникативные навыки, повышается мотивация к обучению, стрессоустойчивость, формируется логическое мышление.

### **Кинезиологический комплекс Сиротюк А.**

Задачи:

1. Развитие межполушарной специализации и
2. межполушарного взаимодействия.
3. Синхронизация работы полушарий.
4. Развитие познавательных процессов.
5. Развитие мелкой моторики.
6. Устранение дислексии и дисграфии.

#### ***Колечки***

Поочередно и быстро перебирайте пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т. д. Задание выполняется в прямом и в обратном порядке. Вначале упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе двумя руками.

#### ***Кулак—ребро—ладонь***

Три положения руки последовательно сменяют друг друга. Кулак, ладонь ребром, ладонь на плоскости. Выполняется сначала правой рукой, потом левой, затем — двумя руками вместе. Повторите по 8-10 раз.

#### ***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.

#### ***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. Одновременно смените положение правой и левой рук. Повторите 6-8 раз. Добивайтесь высокой скорости смены положений.

#### ***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. В упражнении должны участвовать все пальцы обеих рук.