

Кинезиология. Эффективный метод коррекции и развития дошкольников с ЗПР

Подготовила:
воспитатель
первой квалификационной
категории
Курникова Е.Н.



Актуальность темы

В настоящее время растет число детей с затруднениями в обучении, различными нарушениями в организме, трудностями в адаптации, которые проявляются нарушением речи, мышления, изменениями качеств психики. Эта ситуация ставит перед нами задачу поиска эффективных форм и приемов профилактики и укрепления здоровья детей в условиях дошкольного образовательного учреждения.

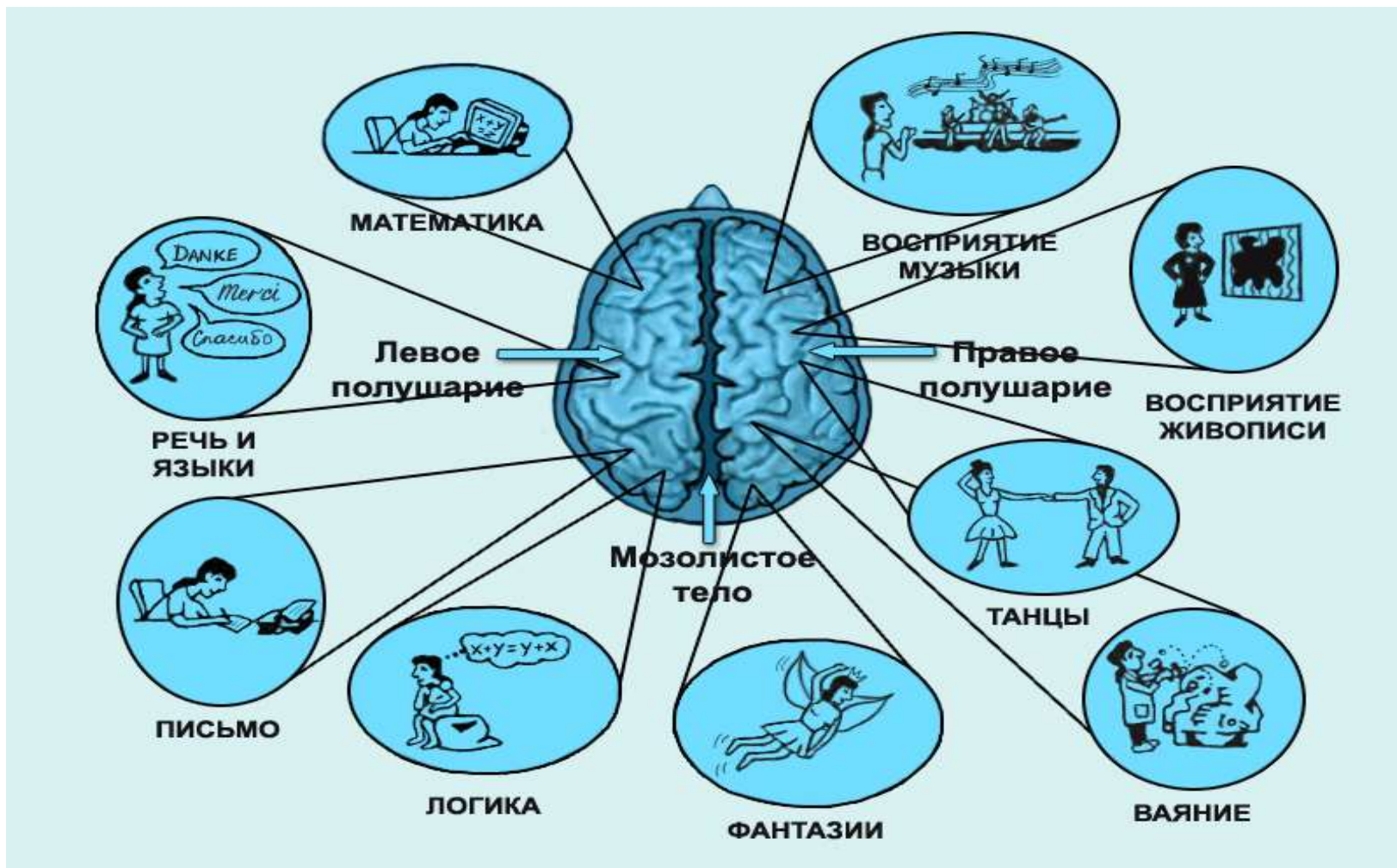


Что такое кинезиология?

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



Функции полушарий



Эффективность данной технологии

- активизацию различных отделов коры головного мозга, на развитие межполушарного взаимодействия, что позволяет развивать способности человека или корректировать проблемы в различных областях психики.
- Кинезиологические упражнения дают возможность задействовать те участки мозга, которые раньше не участвовали в учение, и решить проблему не успешности.



Задачи кинезилогических упражнений

- развитие межполушарного взаимодействия,
- синхронизация работы полушарий,
- развитие мелкой моторики,
- развитие способностей,
- развитие памяти, внимания, речи
- развитие мышления
- повысить способности к произвольному контролю.

Следует помнить:

- занятия проводятся утром;
- занятия проводятся ежедневно, без пропусков;
- занятия проводятся в доброжелательной обстановке;
- от детей требуется точное выполнение движений и приемов;
- упражнения проводятся стоя или сидя за столом;
- упражнения проводятся по специально разработанным комплексам;
- длительность занятий по одному комплексу составляет две недели.

Виды кинезиологических упражнений:

- **Растяжки** нормализуют гипертонус (неконтролируемое чрезмерное мышечное напряжение) и гипотонус (неконтролируемая мышечная вялость).
- **Дыхательные упражнения** улучшают ритмику организма, развивают самоконтроль и произвольность.
- **Глазодвигательные упражнения** позволяют расширить поле зрения, улучшить восприятие. Однонаправленные и разнонаправленные движения глаз и языка развивают межполушарное взаимодействие и повышают энергетизацию организма.
- При выполнении **телесных движений** развивается межполушарное взаимодействие, снимаются произвольные, непреднамеренные движения и мышечные зажимы. Оказывается, человеку для закрепления мысли необходимо движение.
- **Упражнения для релаксации** способствуют расслаблению, снятию напряжения.

Упражнения для растяжки

«Дерево»



Дыхательные упражнения

«ДЫШИМ НОСОМ»



Глазодвигательные упражнения



Упражнения для пальцев

«Кулак - ребро - ладонь»



Упражнения на релаксацию

«Шалтай- Болтай»



Заключение

- Занятие гимнастикой дают как немедленный, так и кумулятивный (накапливающийся) эффект для повышения умственной работоспособности и оптимизации интеллектуальных процессов.
- Кинезиология относится к здоровье сберегающей технологии. Под влиянием тренировок происходят положительные структурные изменения, чем интенсивней нагрузка, тем значительнее эти изменения.
- Применение данного метода позволяет улучшить у ребенка память, внимание, речь, пространственные представления, мелкую и крупную моторику, снижает утомляемость, повышает способность к произвольному контролю.





Спасибо за внимание!!!