Муниципальное автономное дошкольное образовательное
учреждение города Покачи детский сад комбинированного вида «Югорка»

Мастер класс для педагогов

«Актуальность использования приемов кинезиологии в работе с детьми ОВЗ»

Подготовила: Амирова Василя Раисовна, учитель-логопед,
первая квалификационная категория

Актуальность:

- **моторное отставание:**

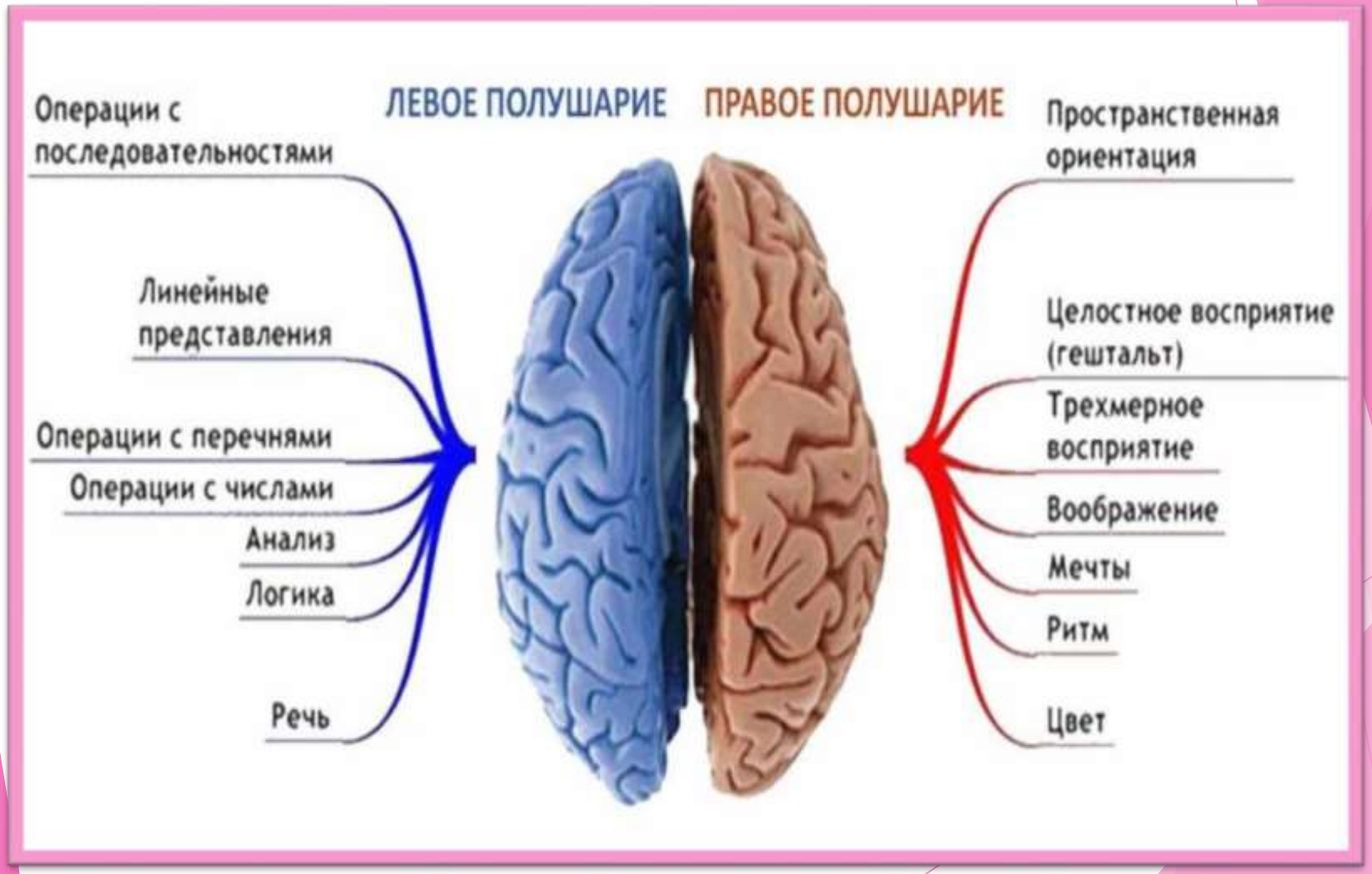
плохо держат ложку, карандаш,

не могут застегивать пуговицы,

шнуровать ботинки, собрать детали конструктора, пазлы, счетные палочки, мозаику;

не любят занятия продуктивными видами деятельности: рисование, лепка и аппликация и т.д.

Гимнастика мозга – ключ к развитию способностей ребенка



КИНЕЗИОЛОГИЯ -
наука о развитии головного мозга через движение, о развитии умственных способностей и физического здоровья через определённые двигательные упражнения.

- Кинезиологические упражнения - позволяют активизировать межполушарное взаимодействие, при котором полушария обмениваются информацией, происходит синхронизация их работы.

Возможности кинезиологии

•активизация работы стволовых отделов мозга;
•ритмирование работы полушарий головного мозга,;
• успокоение и релаксация;
•развитие межполушарного взаимодействия;
•развитие межполушарных связей;
•синхронизация работы полушарий;
•развитие мелкой моторики;
•развитие способностей;
•развитие памяти, внимания, восприятия;
•развитие речи;
•развитие мышления;
•устранение дислексии и дисграфии;
•активизация мыслительной деятельности;
•способствование восприятию и запоминанию информации

Цель кинезиологических упражнений:

- Развитие межполушарного взаимодействия;
- Синхронизация работы полушарий;
- Развитие мелкой моторики;
- Развитие познавательных процессов;
- Развитие речи;

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 непроизвольные, непреднамеренные движения и мышечные зажимы. Оказывается, человеку для закрепления мысли необходимо движение.
- **Упражнения для релаксации** способствуют расслаблению, снятию напряжения.

Для результативности необходимо учитывать определённые условия:

- проводить ежедневно утром без пропусков;
- от простого к сложному;
- в доброжелательной обстановке;
- от детей требуется точное выполнение движений и приемов;
- проводятся стоя или сидя за столом;
- упражнения проводятся по специально разработанным комплексам;
- длительность занятий по одному комплексу составляет две недели;
- все упражнения целесообразно проводить с использованием музыкального сопровождения.

«Ум ребенка находится на его пальцах» В. А. Сухомлинский.

- Пальчиковая гимнастика. Пальчики играют- речь нам развивают.

Цель: для развития движений руки и снятия мышечного напряжения в кисти.

В гости к пальчику большому (выставляют вверх большие пальцы)

Приходили прямо к дому (соединяют под углом кончики пальцев обеих рук)

Указательный и средний, (названные пальцы соединяют с большим пальцем на обеих руках одновременно)

Безымянный и последний,

С ним мизинчик-малышок (мизинцы выставляют вверх, пальцы сжимают в кулак)

Постучался о порог (кулачками стучат друг о дружку)

Вместе пальчики-друзья,

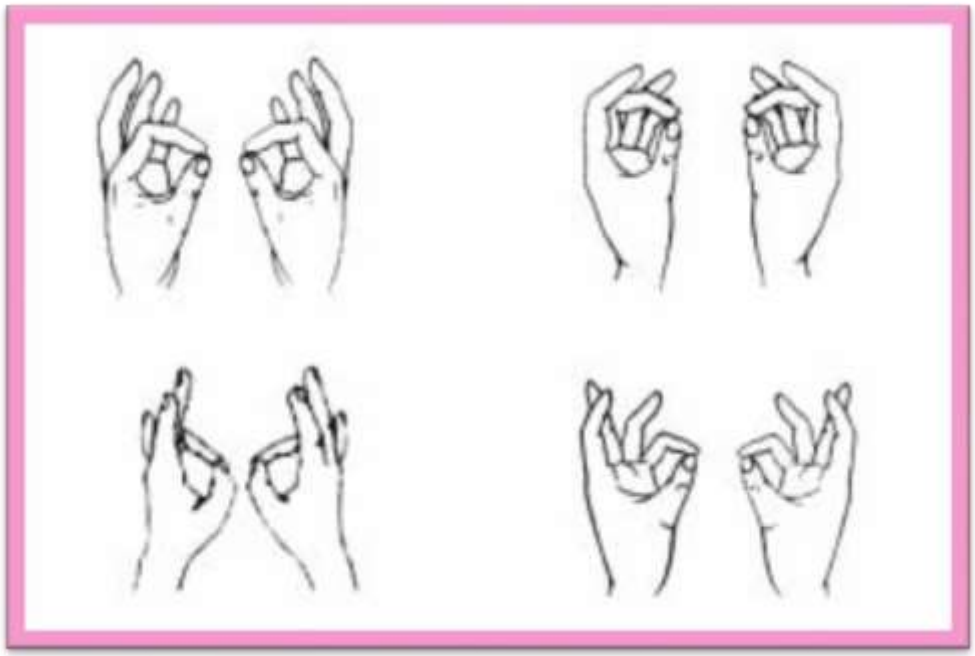
Друг без друга им нельзя (ритмично сжимают пальцы на обеих руках)

«Кулак - ребро - ладонь»

Эти упражнения улучшают мыслительную деятельность, синхронизируют работу полушарий, способствуют запоминанию, повышают устойчивость внимания, активизируют процессы письма и чтения.

- ***Исходное положение***: сидя, руки находятся на плоскости стола. Три положения руки последовательно сменяют друг друга. Сжатая в кулак ладонь, положение ладони ребром на плоскости стола. Выполняется сначала правой рукой, затем левой рукой, потом двумя руками вместе. Количество повторений 8-10 раз.

«Колечки»



Поочередно перебирать пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т.д. Упражнение выполняется в прямом (от указательного пальца к мизинцу) и в обратном (от мизинца к указательному пальцу) порядке. Вначале упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем обеими руками. Усложнение упражнения заключается в убыстрении темпа выполнения.

I. Растяжки

- «Снеговик»

Представьте, что каждый из вас только что слепленный снеговик. Тело твердое, как замерзший снег. Пришла весна, пригрело солнце, и снеговик начал таять. Сначала «тает» и повисает голова, затем опускаются плечи, расслабляются руки и т. д. В конце упражнения ребенок мягко падает на пол и изображает лужицу воды. Необходимо расслабиться. Пригрело солнышко, вода в лужице стала испаряться и превратилась в легкое облачко. Дует ветер и гонит облачко по небу.

II. Дыхательные упражнения

- «Свеча»

Исходное положение – сидя за столом. Представьте, что перед вами стоит большая свеча. Сделайте глубокий вдох и постарайтесь одним выдохом задуть свечу. А теперь представьте перед собой 5 маленьких свечек. Сделайте глубокий вдох и задуйте эти свечи маленькими порциями выдоха.

III. Телесные упражнения

- «Перекрестное марширование»

«Любим мы маршировать,

Руки, ноги поднимать»

Нужно шагать, высоко поднимая колени попеременно касаясь правой и левой рукой по противоположной ноге. Сделать 6 пар движений. Затем, шагать, касаясь рукой одноименного колена. Сделать 6 пар движений. Закончить касаниями по противоположной ноге.

Упражнение «Перекрёстное марширование»

VI. Упражнения на релаксацию

- «Путешествие на облаке»

Сядьте удобнее и закройте глаза. Два – три раза глубоко вдохните и выдохните… Я хочу пригласить вас в путешествие на облаке. Прыгните на белое пушистое облако, похожее на мягкую гору из пухлых подушек. Почувствуй, как ваши ноги, спина, попка удобно расположились на этой большой облачной подушке. Теперь начинается путешествие. Облако медленно поднимается в синее небо. Чувствуете, как ветер овевает ваши лица? Здесь, высоко в небе, все спокойно и тихо. Пусть облако перенесет вас сейчас в такое место, где вы будете счастливы. Постарайтесь мысленно увидеть это место как можно более точно. Здесь вы чувствуете себя совершенно спокойно и счастливо. Здесь может произойти что–нибудь, чудесное и волшебное… Теперь вы снова на своем облаке, и оно везет вас назад, на ваше место в классе. Слезьте с облака и поблагодарите его за то, что оно так хорошо вас покатало. Теперь понаблюдайте, как оно медленно растает в воздухе. Потянитесь, выпрямитесь и снова будьте бодрыми, свежими и внимательными.

V. Глазодвигательные упражнения

«Глазки»

Чтобы зоркость не терять,

Нужно глазками вращать.

Вращать глазами по кругу по 2-3 секунды (6 раз)

«Глаз – путешественник»

Развесить в разных углах и по стенам группы различные рисунки игрушек, животных и т.д.

Исходное положение – стоя. Не поворачивая головы найти глазами тот или иной предмет названный воспитателем.

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

- Человек может мыслить, сидя неподвижно. Однако для закрепления мысли необходимо движение.
- И. П. Павлов считал, что любая мысль заканчивается движением. Именно поэтому многим людям легче мыслить при повторяющихся физических действиях, например ходьбе, покачивании ногой, постукивании карандашом по столу и др. На двигательной активности построены все нейропсихологические коррекционно-развивающие и формирующие программы.

Чтобы сделать ребёнка умным и рассудительным – Сделайте его крепким и здоровым. Жан Жак Руссо

- «Пусть твои ладони закроют дрожащую от неуверенности и огорчения руку ребенка. Пусть твои глаза прольют слезу сострадания, видя страдания плачущего ребенка. Пусть твоя душа станет пристанищем для его оскорбленных чувств. Только тогда в тебе откроется тайна воспитания, дар воспитателя, откроется суть И.Г.Песталоцци.»
Ш.А.Амонашвили.

Литература:

1. Буденная Т.В. Логопедическая гимнастика. Методическое пособие. Санкт-Петербург: «Детство-Пресс», 2001 г.
2. Деннисон П. «Гимнастика мозга»;
3. Картушина. М. Ю. Логоритмические занятия в детском саду. М.: Сфера, 2003 г.
4. Пожиленко Е. А. Волшебный мир звуков и слов. М.: Владос, 2001 г.
5. Сиротюк А. Л. Коррекция обучения и развития школьников. -М.: ТЦ Сфера, 2002. г.
6. Чистякова М.И. «Психогимнастика. М. Просвещение. 1990 г.

Спасибо за внимание!