

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение
города Керчи Республики Крым
«Детский сад комбинированного вида №51 «Журавушка»**

Учим вместе

**Воспитатель:
Рябушко А.В.**

Кинезиология относится к здоровьесберегающей технологии

- позволяет выявить скрытые способности ребенка;
- позволяет расширить возможные границы головного мозга;
- развивает физические и психофизиологические качества;
- сохранение здоровья и профилактика отклонений их развития;
- развивают тело;
- повышают стрессоустойчивость организма;
- синхронизируют работу полушарий;
- улучшают зрительно-моторную координацию;
- формируют пространственную ориентировку;
- совершенствуют регулирующую и координирующую роль нервной системы.

Для результативности коррекционно-развивающей работы необходимо учитывать определенные условия:

- 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**
- алгоритм проведения любого занятия должен включать набор упражнений, активизирующих работу разных полушарий и развивающих их взаимодействия.**

ПСИХОГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ДОШКОЛЬНИКОВ

Предлагаемая серия упражнений — это систематизированное целенаправленное развитие психики ребенка, осуществляемое посредством специальных упражнений по трем находящимся в неразрывном единстве путям.

Первый путь — изменение степени сложности упражнений от занятия к занятию;

второй — поочередный перенос воздействия с одного психического процесса на другой;

третий — поэтапное выполнение действий на громкоречевом уровне

Кинезиологические упражнения – это комплекс движений, позволяющий активизировать межполушарное взаимодействие и повышающий компенсаторные возможности мозга.

*«Мы писали, мы писали, наши пальчики устали...»
Как хорошо знакомы всем эти слова! Пусть отдохнут пальчики наших учеников!*

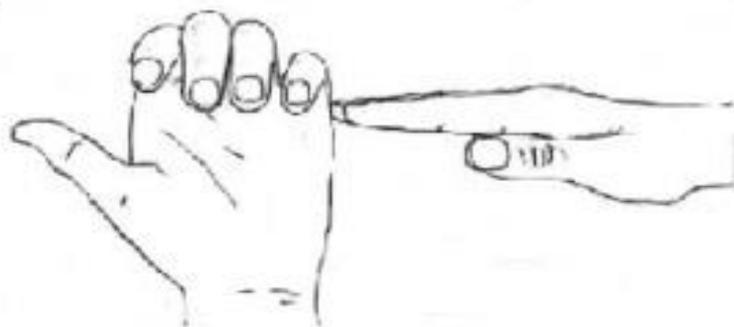
А помогут сохранить здоровье детей такие веселые и несложные упражнения кинезиологической гимнастики, разработанные А.Л. Сиротюк.



Кинезиологические упражнения



Лезгинка



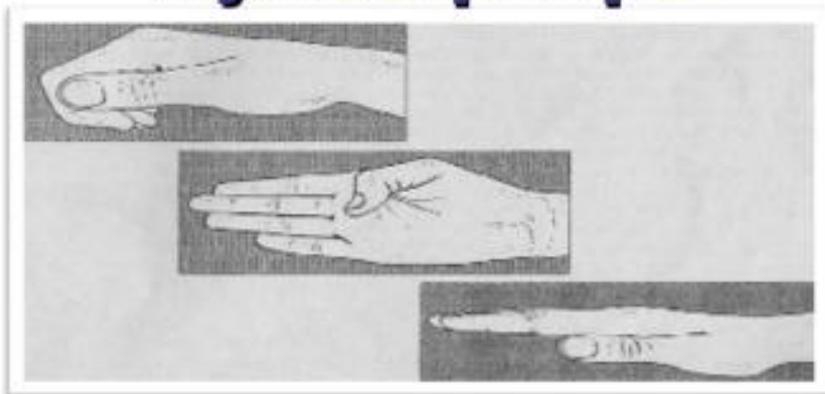
- Лезгинку пальцы танцевали и нисколько не устали.

- ❖ Левая рука сложена в кулак, большой палец отставлен в сторону, кулак развернут пальцами к себе.
- ❖ Правая рука прямой ладонью в горизонтальном положении прикасается к мизинцу левой.
- ❖ После этого одновременно происходит смена правой и левой руки 6-8 раз.



Кинезиологические упражнения

Кулак-ребро -



На столе последовательно сменяя, выполняются следующие положения рук:

- ❖ ладонь, сжатая в кулак,
- ❖ ладонь ребром на столе,
- ❖ ладонь на плоскости.

Выполнить 8-10 повторений.

Упражнения выполняются каждой рукой отдельно, затем двумя руками вместе.



Кинезиологические упражнения

Змейка

- Змея шипит, шипит, шипит.
- Полгода учит алфавит.



- ❖ 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, не допуская синкинезий. Прикасаться к пальцу нельзя.
- ❖ Последовательно в упражнении должны участвовать все пальцы обеих рук.



Кинезиологические упражнения

Коза -



- Идет коза рогатая за малыши ребятами.
- Коровушка идет, молоко дает.



- ❖ Внутренняя сторона ладони опущена вниз.

Коза

- ❖ Указательный палец и мизинец выставлены вперед. Средний и безымянный пальцы

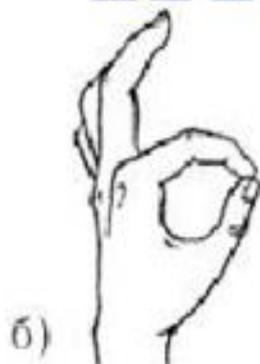
Корова

- ❖ Указательный палец и средний выставлены вперед. Безымянный и мизинец прижаты к ладони. Мизинец прижаты к ла-



Кинезиологические упражнения

Зайчик - колючка



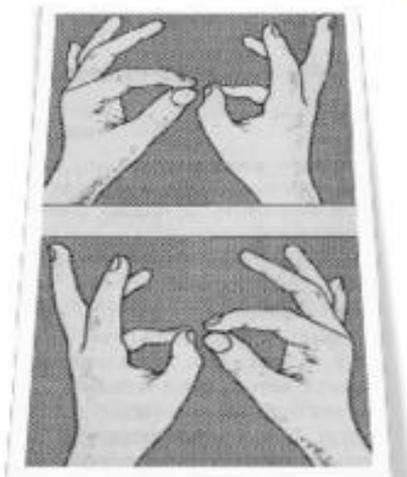
- Прыгнул зайчика с крылечка.
И в траве нашел колечко.
- А колечко непростое —
Блестит, словно золотое.



- ❖ Упражнение основано на переходе из одной позиции в другую:
- ❖ а) пальцы — в кулачок, выдвинуть указательный и средний пальцы и развести их в стороны;
- ❖ б) большой и указательный пальцы соединить в кольцо, остальные пальцы развести в стороны.

Кинезиологические упражнения

Колечки



- Пальчики перебираем и колечки получаем.

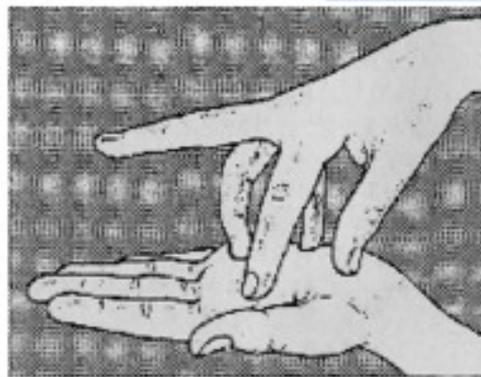
- ❖ Самый сложный вариант игры — обратные колечки.
- ❖ Левая рука смыкает указательный и большой пальцы, правая — большой и мизинец.
- ❖ В такт счету левая и правая руки совершают одновременные разнонаправленные движения. Затем следуют движения в противоположном направлении.



Кинезиологические упражнения

Слоник

- Настоящий серый слон
мне шлет пламенный
поклон.



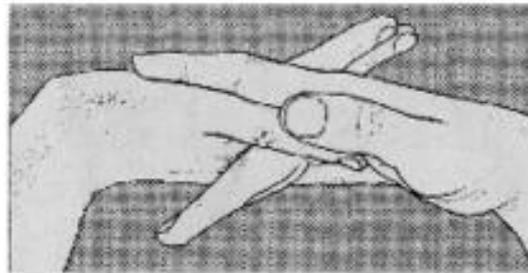
- ❖ Правая рука встает на выпрямленную левую ладонь;
- ❖ указательный и безымянный пальцы — передние ноги слона,
- ❖ большой и мизинец — задние ноги,
- ❖ вытянутый средний палец — хобот.



Кинезиологические упражнения

Тяни - толкай

- Кто такой Тяни – толкай?
- Ты попробуй угадай.



❖ Руки, направленные тыльными сторонами друг к другу, сплетаются так:

❖ средний и безымянный пальцы нижней руки направлены вверх,

❖ а те же пальцы верхней руки — вниз.



Кинезиологические упражнения

Ухо - нос

- Вот мой нос, а это ухо.
Раз – хлопок. Наоборот.
- Хлоп – туда, хлоп – сюда
Без особого труда.



- ❖ **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 до наоборот».



***«Гимнастика мозга –
ключ к развитию
способностей ребёнка»***

**Вам было интересно? Узнали
что-то новое? Есть вопросы?
Задавайте, интересуйтесь!
Мы рады взаимообмену
знаниями и опытом.
Спасибо за внимание.
Ждем Вас на следующий
просмотр!**



Спасибо за внимание!