

Кинезиология в работе учителя-логопеда

Подготовила: учитель-логопед Инфалова В.О.
МКДОУ Сортавальского МР РК
ДС №23, корпус 2,
высшая квалификационная категория

Современные дети с самого раннего детства сталкиваются с сотовыми телефонами компьютерами, интернетом и т.д.... Безусловно, они становятся эрудированными и развитыми не по годам. Но вследствие того, что ребенок, только смотрит и не разговаривает, у него развивается примитивность и бедность речи, у такого ребенка страдает умственное и психическое развитие и конечно же перестает развиваться образно-логическое мышление. Такие воспитанники не проявляют познавательной активности на организованной образовательной деятельности, постоянно отвлекаются. Все это замедляет образовательный процесс.

Данная ситуация ставит перед нами задачу поиска эффективных форм и методов работы, для улучшения образовательной ситуации. По мнению многих авторов, такой формой работы может быть - кинезиология.

Итак, что же такое «*кинезиология*»? В переводе на русский язык «*кинезиология*» обозначает гимнастика мозга или наука о развитии головного мозга через определённые двигательные упражнения.

На что оказывают влияние кинезиологические упражнения?

Всем известно, что мозг человека состоит из двух полушарий. По исследованиям физиологов правое полушарие головного мозга – гуманитарное, образное, творческое – отвечает за тело, координацию движений, пространственное и кинестетическое восприятие.(восприятие мира через рецепторы расположенные на теле человека)

Левое полушарие головного мозга – математическое, знаковое, речевое, логическое, аналитическое, оно отвечает за восприятие – слуховой информации, постановку целей и построений программ.

Работа мозга складывается из деятельности двух полушарий, связанных между собой системой нервных волокон. Эта система волокон и называется мозолистое тело. Мозолистое тело необходимо для координации работы головного мозга и передачи информации из одного полушария головного мозга в другое.

Если нарушается работа межполушарных связей то это ведет к нарушению пространственных ориентаций, страдает адекватное эмоциональное реагирование и координация работы зрительного и аудиального восприятия. Ребенок в таком состоянии плохо воспринимая информацию на слух или глазами.

Именно упражнения по кинезиологии позволяют активизировать межполушарное воздействие, синхронизировать работу обоих полушарий головного мозга, формирует новые нейронные связи между полушариями головного мозга.

Существует целый ряд кинезиологических упражнений, которые улучшают мыслительную деятельность, развивают межполушарное взаимодействие, мелкую моторику, память, внимание, речь, мышление.

К комплексу таких упражнений относятся:

- растяжки;
- дыхательные упражнения;
- глазодвигательные упражнения;
- телесные упражнения;
- упражнения на тренировку тонких движений пальцев рук;
- упражнения на релаксацию.

Совершенствование интеллектуальных и мыслительных процессов необходимо начинать с развития движений пальцев и тела. **Развивающая работа должна быть направлена от движений к мышлению, а не наоборот.**

Упражнения на развитие тонких движений пальцев рук.

Стимулирует общее развитие речи. Морфологическое и функциональное формирование речевых областей совершается под влиянием кинестетических импульсов от рук, а также является мощным средством повышения работоспособности головного мозга.

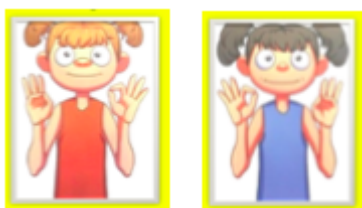
Упражнение «Дорожка»

Соединять большой палец левой руки и указательный палец правой руки, большой палец правой руки указательный палец левой руки, и менять местами указательные и большие пальцы.

Упражнение «Знакомство»

Соединяем все пальчики, ладошки положить друг к другу. Большой палец правой руки с большим пальцем левой руки, указательный палец правой руки с указательным пальцем левой руки и т.д. поочередно, начиная с большого пальца разводим и соединяем пальчики.

Упражнение «Разные колечки»



Поочередно, соединять в кольцо на правой руке большой палец и указательный, на левой руке большой палец и мизинец. Одновременно меняем положение пальцев на правой и левой руке

Упражнения телесные.

При их выполнении развивается межполушарное взаимодействие, снимаются синкинезии (непроизвольные, непреднамеренные движения) и мышечные зажимы. Интересно отметить, что человек может мыслить, сидя неподвижно. Однако для закрепления мысли необходимо движение. В результате движений во время мыслительной деятельности простраиваются нейронные сети, позволяющие закрепить новые знания. При регулярном выполнении реципрокных (перекрестных) движений образуется большое количество

нервных путей, связывающих полушария головного мозга, что способствует развитию психических функций.

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 до наоборот.

«Перекрестное марширование»

Нужно шагать, высоко поднимая колени попеременно касаясь правой и левой рукой (или локтем) по противоположной ноге (коленке). Сделать шесть пар движений. Затем, шагать касаясь рукой одноименного колена. Сделать шесть пар движений. Закончить касаниями по противоположной ноге.

Массажные упражнения.

Особенно эффективным является массаж пальцев рук и ушных раковин. Специалисты насчитывают около 148 точек, расположенных на ушной раковине, которые соответствуют разным частям тела. Точки на верхушке уха соответствуют ногам, а на мочке уха – голове.

Выполняя кинезиологические упражнения - «Кулак – ребро - ладонь», «Ухо - нос», «Лезгинка», «Зайчик - колечко» и др., у детей развиваются умственные способности и укрепляется физическое здоровье. Они позволяют активизировать различные отделы коры больших полушарий головного мозга, что способствует развитию и коррекции проблем психики, мышления, речевого развития.

Для результативности развивающей работы необходимо учитывать определенные условия:


- упражнения по кинезиологии проводятся ежедневно перед или вовремя занятий, на утренней гимнастики, в совместной деятельности, после прогулки, после сна, во второй половине дня;
- каждое упражнение делается от 30 до 60 секунд;

- движения которые были сделаны для одной стороны тела, необходимо проделать и для другой стороны;
- от детей требуется точное выполнение движений;
- упражнения могут проводится стоя или сидя за столом;
- упражнения могут проводится в любой последовательности.

Воспитанники с удовольствием выполняют упражнения слушая кинезиологические сказ

Сказка про двух зайчат

Жил-был на свете зайчонок, он был белый и пушистый и звали его Снежок	Упражнение «Зайчик», попеременно на правой руке, на левой руке показывать фигуру зайчика
Он очень любил прогуливаться по своему саду.	Упражнение «Дорожка» Соединять большой указательный пальцы, и менять местами
В саду росли высокие деревья, и низкие кустарники	Упражнение: «Деревья, кустарники» Пальцы сомкнуты вместе, Кулак, развести пальцы в стороны
и вот однажды, Снежок вышел из своего дома, и долго гулял....	Упражнение «Дорожка» Соединять большой указательный пальцы, и менять местами
он увидел, что на полянке бегают черные зайчонок.	Упражнение «Зайчонок». Упражнение «Зайчик», попеременно на правой руке, на левой руке показывать фигуру зайчика
Он быстро помчался к нему, чтобы познакомиться.	Упражнение «Знакомство» Соединяем все пальчики. Большой палец правой руки с большим пальцем левой руки, указательный палец правой руки с указательным пальцем левой руки и т.д. поочередно, начиная с большого пальца разводим и соединяем пальчики.
Зайчонка звали Уголек. Они подружались и стали бегать друг за другом, наперегонки.	Упражнение «Разные колечки» Поочередно, соединять в кольцо большой палец и указательный, большой палец и мизинец. Усложнение: Одновременно меняем положение пальцев на правой и левой руке
И тут Снежок нашел на траве колечко	Упражнение «Колечко» Поочередно, соединя в кольцо большой палец с указательный, затем со средним, затем с безымянным, и с
Он стал примерять его на правую	

<p>лапку, а затем на левую, но колечко оказалось ему велико. Тогда Уголек стал его примерять</p>	<p>мизинцем.</p>
<p>И тут колечко упало и покатилося по тропинке – Зайчата за ним</p>	<p>Упражнение «Лезгинка». Правую руку сжать в кулак, левую ладонь подвести к кулаку правой руки.</p>
<p>И привела их тропинка к пруду, на котором сидела лягушка и громко плакала, от того, что ей было грустно одной. Ребенок: Зайчата решили ее развеселить и показали ей интересную игру</p>	<p>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 до наоборот.</p>
<p>Лягушка развеселилась и поблагодарила Зайчат. А потом сказала, что ей пора в пруд</p>	<p>Упражнение «Кулак – ребро - ладонь». Смена трех положений руки на плоскости стола: кулак- положить на стол руки сжатые в кулак; ребро- положить на стол руки, боком, ладонями друг к другу; ладонь - положить на стол руки ладонями вниз.</p>
<p>Зайчата попрощались с ней и тоже отправились домой</p>	<p>Упражнение «Прямоугольник».</p> 
<p>По дороге они весело танцевали</p>	<p>Кинезиологические упражнения можно проводить и под веселую музыку.</p>
<p>Уставшие они улеглись на коврике и уснули.</p>	<p>Упражнение «Крюк Деннисона» Сесть на стул Скрестить ноги, положив левую на правую. Руки развернуть ладонями наружу, вытянуть перед собой, сцепить пальцы в замок так, чтобы большой палец правой</p>

	руки оказался поверх большого пальца левой руки. Вывернуть руки, и положить их на грудь
--	--

Выполняя данные упражнения с детьми, у них развиваются интеллектуальные и творческие способности, способность к обучению, усвоению и восприятию информации. У воспитанников улучшается память, внимание, пространственные представления. Систематическое проведение упражнений способствует формированию мелкой и крупной моторики, снижается утомляемость.

Кинезиология является здоровьесберегающей технологией. Ее проведение не требует никаких затрат, она настолько проста в применении, что ее можно использовать в любой ситуации. Родителям нравится применять данные упражнения, особенно когда необходимо занять ребенка, например, при долгом ожидании транспорта. Данную технологию можно применять с любого возраста, главное условие необходимо подбирать упражнения от простого к сложному и регулярно их выполнять.

Данная технология позволяет расширить границы возможностей головного мозга.

Использованная литература:

1. Данилова Н.Н., Крылова А.Л. Физиология высшей нервной деятельности - М., 1989
2. Лютова Е.К., Моница Г.Б. Шпаргалка для взрослых. – СПб.: Речь, 2002
3. Рузина М.С. Пальчиковые и телесные игры для малышей – СПб.: Речь, 2003
4. Сиротюк А.Л. Обучение детей с учетом психофизиологии: Практическое руководство для учителей и родителей. – М.: Сфера, 2001
5. Хризман Т.П. Развитие функций детского мозга – Л., 1978
6. Цвынтарный В.В. Играем пальчиками и развиваем речь. СПб., 1996

7.Шанина Г.Е Упражнения специального кинезиологического комплекса для восстановления межполушарного взаимодействия у детей и подростков: Учебное пособие – М., 1999