

# Кинезиотерапия в работе учителя-логопеда

---

учитель-логопед

Инфалова Виктория Олеговна

Сортавала

2022 год

## Это интересно...

---

*И.П. Павлов считал, что любая мысль заканчивается движением. Поэтому многим людям легче мыслить при повторяющихся физических действиях, например, ходьбе, покачивании ногой. Все нейropsychологические коррекционно-развивающие программы построены на двигательной активности.*

# Особенности физического развития детей с речевыми недостатками

---

- Нарушение артикуляционных укладов, либо органов артикуляционного аппарата.
- Нарушения дыхания и голосообразования.
- Нарушение общей и мелкой моторики.
- Растрорможенность и заторможенность мышечного напряжения.
- Повышенная утомляемость.
- Заметное отставание в показателях основных физических качеств (силы, скорости, ловкости).
- Нарушение темпоритмической организации движений.

## Особенности психического развития детей с речевыми недостатками

---

- Нарушение оптико-пространственного праксиса.
- Неустойчивость внимания.
- Расстройство памяти (особенно слуховой).
- Несформированность мышления.
- Задержка развития воображения.

# Кинезиология относится к здоровьесберегающим технологиям.

---

- Кинезиология – это наука о развитии умственных способностей через определенные двигательные упражнения. Они позволяют создать новые нейронные связи и улучшить работу головного мозга.
- Цель кинезиологии - развитие межполушарного взаимодействия, способствующее активизации мыслительной деятельности.

# Левое полушарие

- - отвечает за логическое– аналитическое мышление
- анализирует факты
- обрабатывает информацию последовательно по этапам (последовательное мышление)
- обеспечивает процессы индуктивного мышления (вначале осуществляется процесс анализа, а затем синтеза)
- обрабатывает вербальную информацию: отвечает за языковые способности: контролирует речь, а также способности к чтению и письму
- запоминает стихотворные строки, факты, имена, даты и их написание
- способно понимать только буквальный смысл слов того, что слышим или читаем
- планирует будущее
- контролирует движения правой половины тела
- отвечает за музыкальное образование, понимание смысла музыкальных произведений, различение ритма музыки
- отвечает за математические способности, работу с числами, формулами, таблицами
- отвечает за планирование

# Правое полушарие

- - отвечает за образное мышление и пространственную ориентацию; позволяет ориентироваться на местности и составлять мозаичные картинки-головоломки
- отвечает за интуицию и интуитивную оценку
- ~~может одновременно обрабатывать много разнообразной информации;~~ способно рассматривать проблему в целом, не применяя анализа (параллельная обработка информации)
- реализует процессы дедуктивного мышления (вначале осуществляются процессы синтеза, а затем анализа)
- обрабатывает невербальную информацию: специализируется на обработке информации, которая выражается не в словах, а в символах и образах
- запоминает образы, лица, картины, позы, голоса; способно воспринимать совокупность черт как единое целое
- способно понимать метафоры и результаты работы чужого воображения, чувство юмора. воспринимает эмоциональную окраску речи, тембр голоса, интонацию
- ориентируется в настоящем
- контролирует движения левой половины тела
- отвечает за музыкальные способности, различение мелодий, темпа и гармонии в музыке
- отвечает за воображение, фантазии и мечты; художественное творчество и способности к изобразительному искусству
- отвечает за спонтанные, эмоциональные реакции

## Задачи кинезиологии

---

- Развитие межполушарной специализации;
- Синхронизация работы полушарий;
- Развитие мелкой моторики;
- Развитие способностей;
- Развитие памяти, внимания, речи;
- Развитие мышления



# "Гимнастика мозга"

---

- Это методика активации природных механизмов работы мозга с помощью физических упражнений, объединение движения и мысли. С помощью специально подобранных упражнений организм координирует работу правого и левого полушарий и развивает взаимодействие тела и интеллекта. Кроме этого упражнения для мозга также способствуют развитию координации движений и психофизических функций. Огромная польза и привлекательность ГМ состоит в её простоте и практичности. Человек может выполнять эти упражнения в любое время и в любом месте.

Для результативности коррекционно-развивающей работы необходимо учитывать определенные условия:

---

- Занятия проводятся утром по 10-15 минут.
- Ежедневно или не менее 2-х раз в неделю.
- В доброжелательной обстановке.
- Точное выполнение движений и приемов.
- Упражнения проводятся стоя и сидя за столом.

## Комплексы упражнений включают в себя:

---

- Растяжки нормализуют гипертонус и гипотонус
- Дыхательные упражнения улучшают ритмику организма, развивают самоконтроль и произвольность
- Глазодвигательные упражнения позволяют расширить поле зрения, улучшить восприятие
- Упражнения для релаксации способствуют расслаблению, снятию напряжения
- Телесные упражнения
- Упражнения для развития мелкой моторики

# Примеры упражнений:

## «Колечко»

Поочередно перебираем пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно от указательного до мизинца.

## «Ухо – нос»

Левой рукой беремся за кончик носа, а правой за противоположное ухо. Отпускаем одновременно ухо и нос, хлопаем в ладоши, меняем положение рук с точностью «до наоборот».

## «Зеркальное рисование»

Берем в обе руки по карандашу, рисуем одновременно обеими руками зеркально- симметричные рисунки, буквы.



- **“Слон”**

Рекомендуется выполнять это упражнение 3-5 раз каждой рукой для большего эффекта.

Встаньте прямо, плотно прижмите левое ухо к левому плечу и вытяните левую руку вперед. Это очень похоже на хобот слона. Колени не напряжены. Рисуйте ленивую восьмерку в воздухе, начиная от центра. ~~Помогайте верхней частью туловища двигаться~~ вслед за рукой. Следите глазами за кончиками пальцев. Повторите то же с правой рукой.

Это одно из самых сильных упражнений для интеграции мозга. Если к нему добавить "слоновьи звуки", то возбуждаются слуховые механизмы еще и височных долей мозга. Упражнение стимулирует вестибулярный аппарат, концентрацию внимания, память.

- **“Сонный мишка”**

Встаньте прямо, расслабьте руки, плечи, опустите подбородок к груди. Дышите глубоко, спокойно. Сначала медленно качайте головой из стороны и следом делайте небольшие круговые движения подбородком. Вы заметите, что после этого упражнения голос ребенка при чтении и говорении будет звучать сильнее и громче. Он будет гораздо увереннее в себе.

## • «Перекрестные шаги»

Шаги в медленном темпе. Коснитесь левым локтем правого колена, а теперь правым локтем левого колена. Особое внимание уделите движению глазами. Нужно смотреть максимально во все стороны, во всех направлениях. Можно показывать ребенку что-то интересное: картинку, игрушку, чтобы он следил за ней глазами.

## • «Кнопки мозга»

Положите одну руку ладонкой на пупок, а другой рукой (большим пальчиком с одной стороны и остальными с другой) легко массируйте углубления между первыми и вторыми ребрами под ключицами (в этом месте разветвляются две сонные артерии).

Упражнение стимулирует приток крови через сонные артерии к мозгу. Они идут от сердца и несут обогащенную кислородом кровь в мозг.



## “Горизонтальные восьмерки для письма”

- Нарисуйте на бумаге А 4 или доске по 5 – 7 горизонтальных восьмерок (знак бесконечности). С максимально возможным размахом, но так, чтобы рисунок находился в зоне видимости глаз ребенка.
- а) правой рукой
- б) левой рукой
- в) одновременно двумя руками.
- Движение должно быть непрерывающимся. Начинайте от центра, двигайтесь против часовой стрелки влево вверх, обратно к центру, рисуя левую часть, затем по часовой стрелке к центральной точке.

## “Горизонтальные восьмерки в воздухе”

- А теперь начертите восьмерки в воздухе в тех же направлениях, что и в предыдущем упражнении, поочередно каждой рукой и обеими одновременно. Достаточно сделать по 3-4 раза. В положении стоя, большой палец руки поднят вверх (отлично!), рука немного согнута в локте.
- Движения должны быть медленными и плавными. Если ребенок не может следить за своим пальчиком и его взгляд начинает уходить, вернитесь к месту «пробела» и помогите ребенку акцентировать внимание на этом месте. Скорее всего здесь сидит проблема. Нужно активировать эту часть мозга.
- а) Следим за большим пальчиком одной руки
- б) За большим пальчиком другой руки
- в) Руки сцеплены в замок, большие пальцы образуют Х. Взгляд ребенка должен быть сосредоточен на центре Х.





# Применение кинезиологических упражнений позволяет улучшить у воспитанников

---

- Память, внимание, речь
- Пространственные представления
- Мелкую и крупную моторику
- Снизить утомляемость
- Повысить способность к произвольному контролю

---

**СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!**