

Консультация для родителей в детском саду

"Гимнастика мозга – ключ к развитию способностей ребенка!"

Выполнила: Затула В.А.
воспитатель высшей
квалификационной категории
МБДОУ «Детский сад №30»

КИНЕЗИОЛОГИЯ – это наука о развитии умственных способностей и физического здоровья через определённые двигательные упражнения. Слово «кинезиология» происходит от греческого слова «кинезис», обозначающего движение, и «логос» – наука, т.е. наука о движениях. Всех людей по соотношению активности полушарий можно условно разделить на три типа: правополушарных, левополушарных и равно-полушарных. Более активное полушарие определяет стратегию мышления, эмоционального реагирования, восприятия, памяти, интеллектуальной активности и т. д. При обучении и воспитании детей необходимо учитывать особенности функциональной асимметрии полушарий.



По исследованиям физиологов правое полушарие головного мозга - гуманитарное, образное, творческое – отвечает за тело, координацию движений, пространственное восприятие.

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

Единство мозга складывается из деятельности двух полушарий, тесно связанных между собой системой нервных волокон (мозолистое тело).

Мозолистое тело (межполушарные связи) находится между полушариями головного мозга в теменно-затылочной части и состоит из двух-сот миллионов нервных волокон. Оно необходимо для координации работы мозга и передачи информации из одного полушария в другое.

Нарушение мозолистого тела искажает деятельность детей. Поэтому, необходимым условием высокой интеллектуальной активности ребёнка, его успешного обучения

высокой стрессоустойчивости, является полноценное развитие межполушарного взаимодействия (мозолистого тела).

Межполушарное взаимодействие необходимо для координации работы мозга и передачи информации из одного полушария в другое. Его основное развитие происходит у девочек до 7 лет, у мальчиков – до 8-8,5 лет.

КИНЕЗИОЛОГИЧЕСКИЙ МЕТОД направлен на то, чтобы развивать связи между правым и левым полушарием головного мозга и добиться гармоничного развития их у ребёнка. Применение данной методики позволяет улучшить у детей мелкую и крупную моторику, память, речь, внимание, пространственные представления, снизить утомляемость, повысить способность к произвольному контролю.

КИНЕЗИОЛОГИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ дают как немедленный, так и кумулятивный, т. е. накапливающийся эффект. Начинать кинезиологические упражнения целесообразно с детьми раннего возраста с пальчиковых игр от простого к сложному.

После того как дети научились выполнять пальчиковые игры, с пяти лет даётся комплекс пальчиковых кинезиологических упражнений. Ребёнок выполняет вместе со взрослыми, затем самостоятельно по памяти, постепенно от занятия к занятию увеличивая время и сложность. Упражнения выполняются сначала правой рукой, затем левой, затем двумя руками вместе.

Продолжительность занятий зависит от возраста и может составлять от 5-10 минут до 20-35 минут в день.

Для результативности коррекционно-развивающей работы необходимо учитывать определённые условия:

- занятия проводятся утром;
- занятия проводятся ежедневно, без пропусков;
- занятия проводятся в доброжелательной обстановке;
- требуется точное выполнение движений и приёмов;
- упражнения проводятся стоя или сидя за столом.

Упражнения проводятся по специально разработанным комплексам.

ПРИМЕРНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ: «КОЛЕЧКО»

Поочерёдно, как можно быстрее, перебирать пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т.д. Сначала упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе.

«КУЛАК-РЕБРО-ЛАДОНЬ»

Три положения руки на плоскости сто-ла последовательно сменяют друг друга. Ладонь на плоскости, сжатая в кулак ладонь, ладонь ребром на плоскости стола. Выполняется сначала правой рукой, потом левой, затем – двумя руками вместе.

«ЗЕРКАЛЬНОЕ РИСОВАНИЕ»

Положить на стол чистый лист бумаги. Взять в обе руки по карандашу или фломастеру. Начать рисовать обеими руками зеркально-симметричные рисунки, буквы.

«ЛЕЗГИНКА»

Правая рука развернута ладонью к себе, сжата в кулак, отставлен в сторону большой палец. Ладонь левой руки – параллельна полу, упирается кончиками пальцев в кулак (у основания мизинца). Теперь нужно сделать повторить позицию зеркально (правая рука собрана в кулак, левая рас-прямлена). Вернуться к исходному положению и повторить еще 6-8 раз. Ускоряйте темп выполнения, не забывая прижимать и оттопыривать большие. Упражнения требует тренировки, оно может получиться далеко не сразу.

«УХО-НОС»

Левой рукой взяться за кончик носа, а правой рукой-за противоположное ухо (левое). Одновременно отпустить ухо и нос, хлопнуть в ладоши, поменять положение рук «с точностью до наоборот».