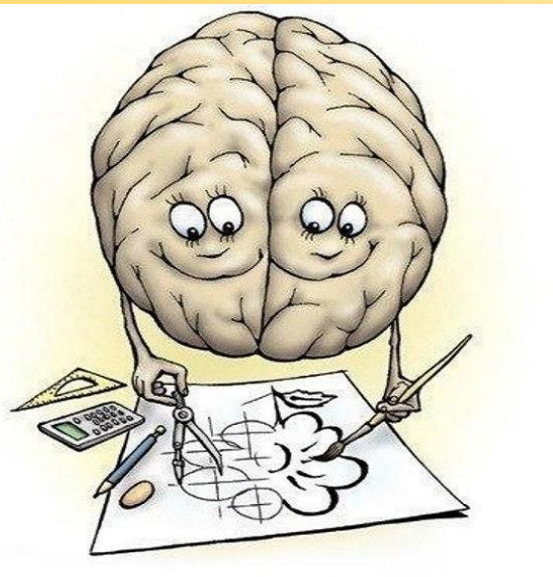


ИСПОЛЬЗОВАНИЕ КИНЕЗИОЛОГИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ С ОНР



Подготовили: учитель-логопед Власова Е. В.,
воспитатель Белоусова О. А.

Схема этапов развития коры больших полушарий в постнатальный период, разработанная К. Ханнафорд

Возраст	Этапы развития области головного мозга	Функции
От зачатия до 15 мес.	Стволовые структуры	Основные потребности выживания — питание, укрытие, защита, безопасность. Сенсорное развитие вестибулярного аппарата, слуха, тактильных ощущений, обоняния, вкуса, зрения.
15 мес. — 4,5 г.	Лимбическая система	Развитие эмоциональной и речевой сферы, воображения, памяти, овладение грубыми моторными навыками.
4,5 - 7 лет	Правое (образное) полушарие	Обработка в мозге целостной картины на основе образов, движения, ритма, эмоций, интуиции, внешней речи, интегрированного мышления.
7—9 лет	Левое (логическое) полушарие	Детальная и линейная обработка информации, совершенствование навыков речи, чтения и письма, счета, рисования, танцевальных, восприятия музыки, моторики рук.

8 лет	Лобная доля	Совершенствование навыков тонкой моторики, становление внутренней речи, контроль социального поведения. Развитие и координация движений глаз: слежение и фокусирование.
9—12 лет	Мозолистое тело и миелинизация	Комплексная обработка информации всем мозгом.
12—16 лет	Гормональный всплеск	Формирование знаний о себе, своем теле. Уяснение значимости жизни, появление общественных интересов.
16—21 год	Целостная система интеллекта и тела	Планирование будущего, анализ новых идей и возможностей.
21 год и далее	Интенсивный скачок в развитии нервной сети лобных долей	Развитие системного мышления, уяснение причинных связей высшего уровня, совершенствование эмоций (альтруизм, любовь, сочувствие) и тонких моторных навыков.

Нейропсихологические причины школьной неуспеваемости

- около 16% первоклассников не готовы к школьному обучению, у 30— 50% детей выявляется функциональная незрелость без признаков умственной отсталости
- более чем у 70% детей дизонтогенез происходит в подкорковых и стволовых отделах головного мозга, которые формируются внутриутробно или при рождении и закладывают основу для всего последующего онтогенеза
- 85% детей, рожденных после 1991 года, имеют нейропсихологические проблемы из-за стволовых изменений мозга (А.В. Семенович). Мозг таких детей работает за счёт компенсаторных механизмов. Традиционные общепринятые психолого-педагогические методы коррекции во многих случаях не приносят результатов.

Кинезиологические упражнения дают возможность использовать те участки мозга, которые раньше не принимали участия в учении и позволяют решить проблему неуспешности.

Кинезиология — наука о развитии умственных способностей и физического здоровья через определённые двигательные упражнения.

Основателями образовательной кинезиологии являются Пол и Гейл Деннисон. В Образовательной кинезиологии Пол Деннисон объединил знания нейрофизиологов, нейропсихологов, прикладной кинезиологии, практических психологов, развивающей офтальмологии.



В России она известна с начала 90-х годов, последователями этого направления в образовании являются В.Ф. Базарный, А.Л. Сиротюк и другие.

Основная идея, на которой построена гимнастика мозга — ***это связь и влияние в процессе обучения друг на друга трех элементов: мозга, тела и эмоций.***

Кинезиология – наука о развитии головного мозга через движение.

Кинезиологические упражнения



«Не интеллектуальные преимущества сделали человека властелином над всеми живущими, а то, что одни мы владеем руками – этим органом всех органов.»

Дж. Бруно

«Руки учат голову, затем поумневшая голова учит руки, а умные руки снова способствуют развитию мозга.»

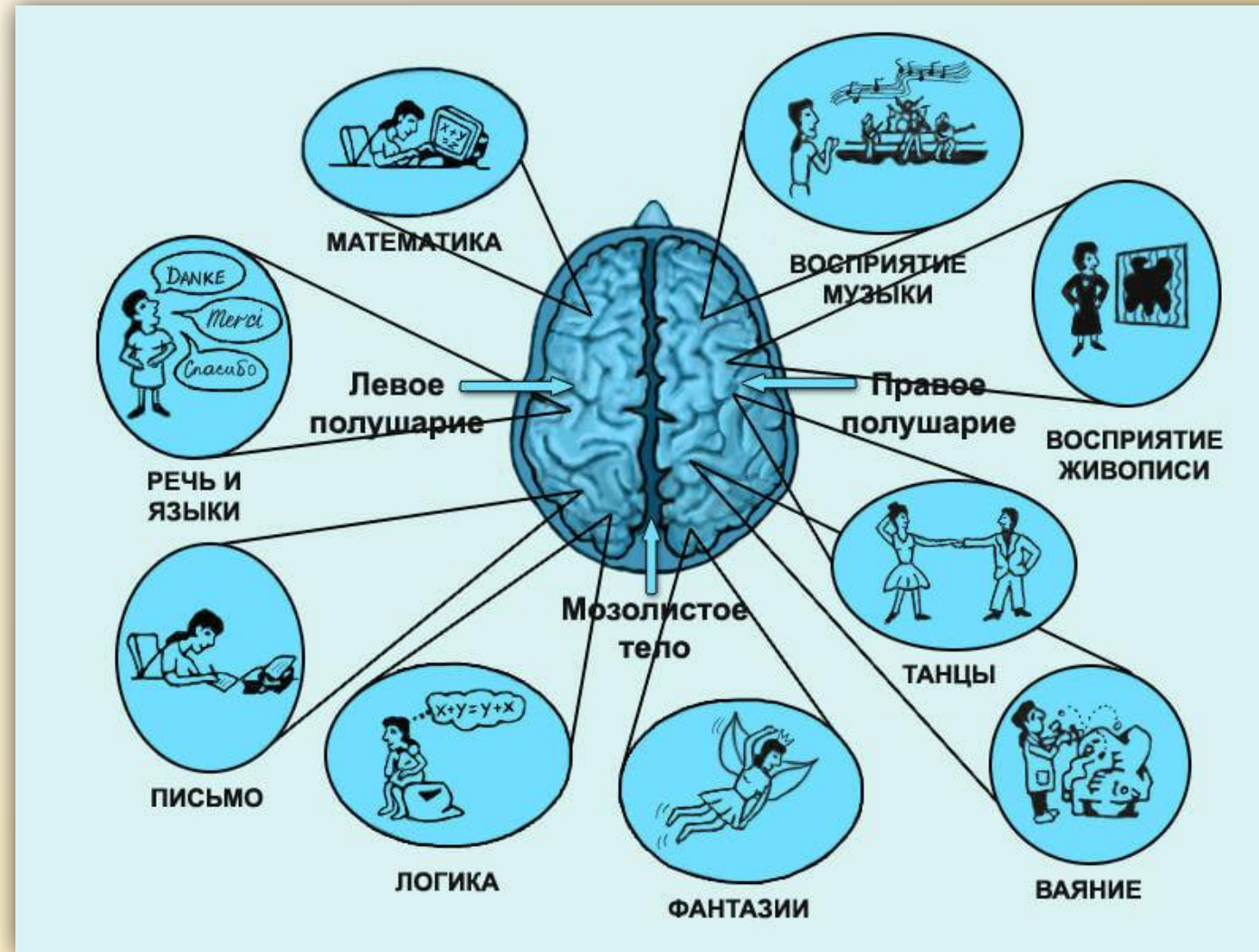
И. П. Павлов

Движения мышц – навык – учение

Главная идея, которую пропагандируют кинезиологи – **развивающая работа должна быть направлена от движения к мышлению, а не наоборот.**

Кинезиологические упражнения способствуют:

- развитию межполушарной специализации и межполушарного взаимодействия;
- синхронизации работы полушарий;
- развитию общей и мелкой моторики;
- развитию памяти, внимания, мышления, речи;
- устранению дисграфии, дислексии;
- развитию способностей к обучению и усвоению информации;
- снижению утомляемости, повышению способности к произвольному контролю.



Телесные упражнения

«Перекрёстные шаги»

Стоя. Локтем согнутой правой руки дотронуться до поднятого колена левой ноги. Затем наоборот.



Телесные упражнения

«Мельница»

Стоя. Рука и противоположная нога вращаются круговыми движениями сначала вперёд, затем назад. Время выполнения 1-2 минуты.



Телесные упражнения

«Ухо-нос»

Левой рукой взять за правое ухо, правой рукой – за нос, затем хлопнуть в ладоши и поменять местами руки: левой рукой взять за нос, правой рукой – за левое ухо (5-7 раз).

«Сова»

Стоя. Правая рука – на левом плече, голову повернуть вправо, затем левую руку положить на правое плечо, а голову одновременно поворачивать влево.



Телесные упражнения

«Вкусный обед»

Стоя. Правой рукой гладить живот по кругу, левой рукой гладить голову от лба к затылку (одновременно). Затем руки поменять местами.



Развитие мелкой моторики

«Колечки»

Поочерёдно перебирать пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т.д.

«Кулак – ребро – ладонь»

Последовательно менять три положения: сжатая в кулак ладонь, ладонь ребром на плоскости стола, ладонь на плоскости стола (сначала правой рукой, потом левой, затем двумя руками вместе).



Развитие мелкой моторики

«Фонарики»

Руки направлены вверх. Одна рука зажата в кулак, ладонь другой распрямить. Менять положение рук.



«Оладушки»

Правая рука лежит ладонью вниз, а левая – ладонью вверх; одновременная смена позиции



«Лягушка»

Поочерёдно одна рука сжимается в кулак, а другая – ладонью на столе. Происходит смена положения рук.



Развитие мелкой моторики

«Лезгинка»

Левую руку сложите в кулак, большой палец отставьте в сторону, кулак разверните пальцами к себе. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикоснитесь к мизинцу левой. После этого одновременно смените положение правой и левой рук. Повторить 6—8 раз. Добивайтесь высокой скорости смены положений.

«Змейка»

Скрестить руки ладонями друг к другу, сцепить пальцы в замок, вывернуть руки к себе. Двигать пальцем, который укажет ведущий. Палец должен двигаться чётко, не допуская движений других пальцев.



Развитие мелкой моторики

«Яблоко»

Все пальцы собрать в кулак, а большой палец вытянуть вверх («червячок»), затем большой палец убрать в кулак, повторить 5-7 раз одной рукой, затем другой. После этого на правой руке большой палец вытянуть вверх, а на левой – большой палец убрать в кулак, менять положение пальцев на руках; потом менять после хлопка в ладоши.



Развитие мелкой моторики

«Корова-коза»

Правая рука – «корова» (большой, средний и безымянный палец собраны в щепотку, а указательный и мизинец подняты – «рога коровы») левая рука – «коза» (указательный и средний палец вытянуты вверх – «рога», остальные пальцы собраны в кулак). Вначале «корова»-«коза» чередовать на правой руке, затем на левой. После этого менять положение пальцев на руках (правая – «корова», левая – «коза», затем наоборот) далее менять после хлопка в ладоши.



Развитие мелкой моторики

«Лисичка-зайчик»

Правая рука – «лиса» (большой, средний и безымянный палец собраны в щепотку, а указательный и мизинец немного согнуты – «ушки лисы»). Левая рука – «заяц» (указательный и средний палец вытянуты вверх – «ушки», остальные пальцы собраны в кулак). Вначале «лиса»-«заяц» чередовать на правой руке, затем на левой. После этого менять положение пальцев на руках (правая – «лиса», левая – «заяц», затем менять – правая рука – «заяц», левая – «лиса»); далее менять после хлопка в ладоши.



Глазодвигательные упражнения

«Глаз-путешественник»

Разместить в разных углах и на стенах класса картинки (предметы, игрушки). Стоя, не поворачивая головы, найти глазами картинку, названную педагогом.

«Симметричные рисунки»

Рисовать в воздухе обеими руками зеркально симметричные рисунки (начинать лучше с круглого предмета: яблоко, арбуз и т.д.), следить за руками глазами, не двигая головой.

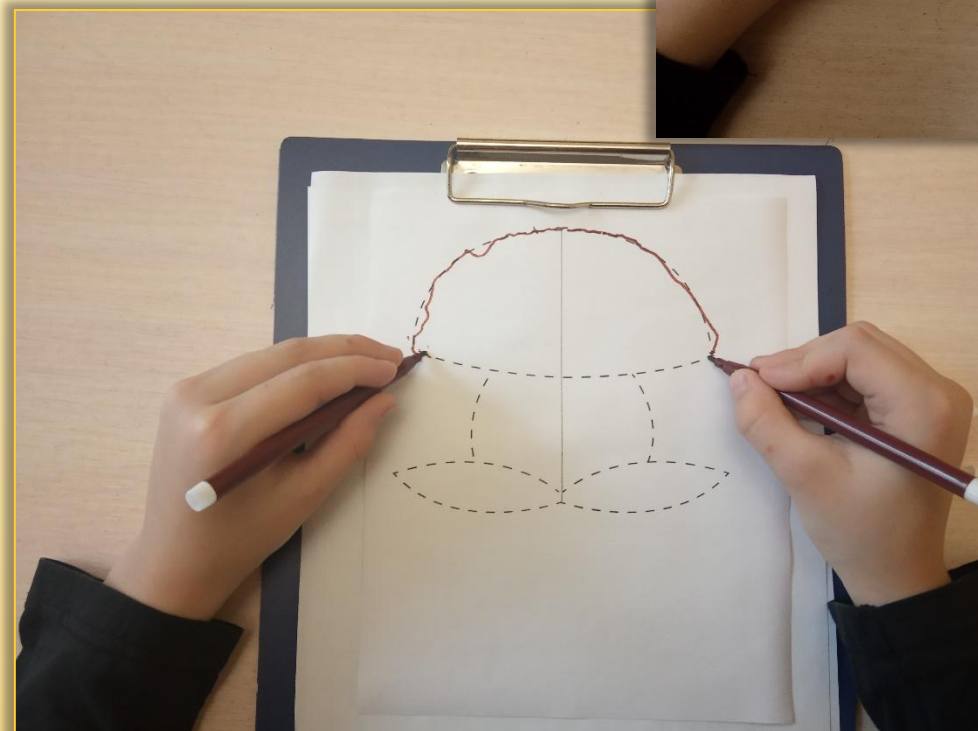
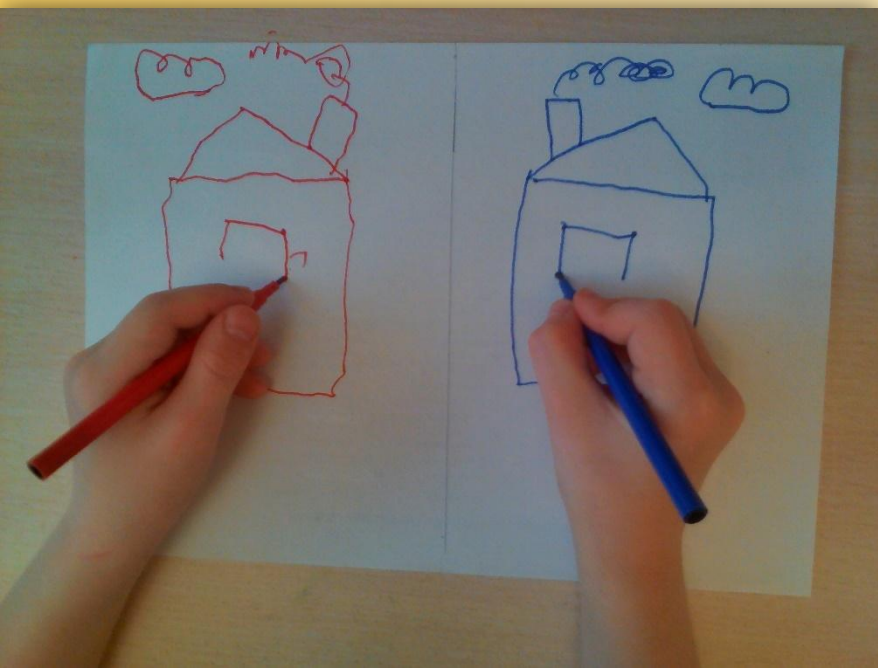
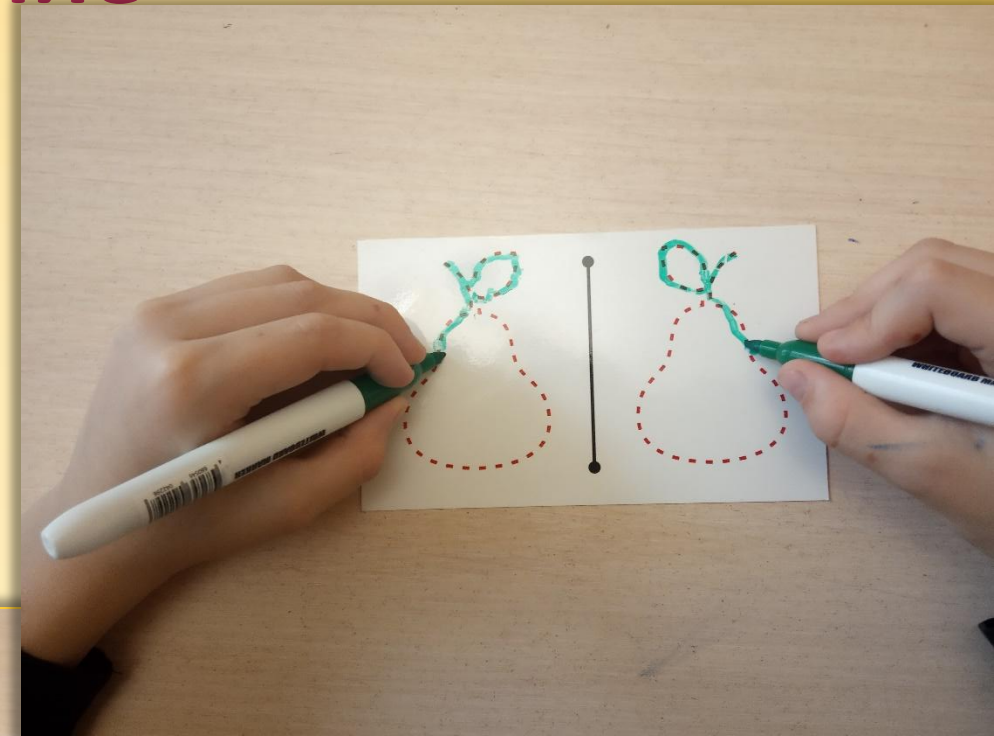
«Ленивая восьмёрка»

Вытянуть руки вперёд, поднять большие пальцы рук на уровень переносицы, нарисовать в воздухе в горизонтальной плоскости цифру восемь три раза (начинать от центра влево-вверх). Следить при этом за движением больших пальцев только глазами. (Можно выполнять одной рукой).

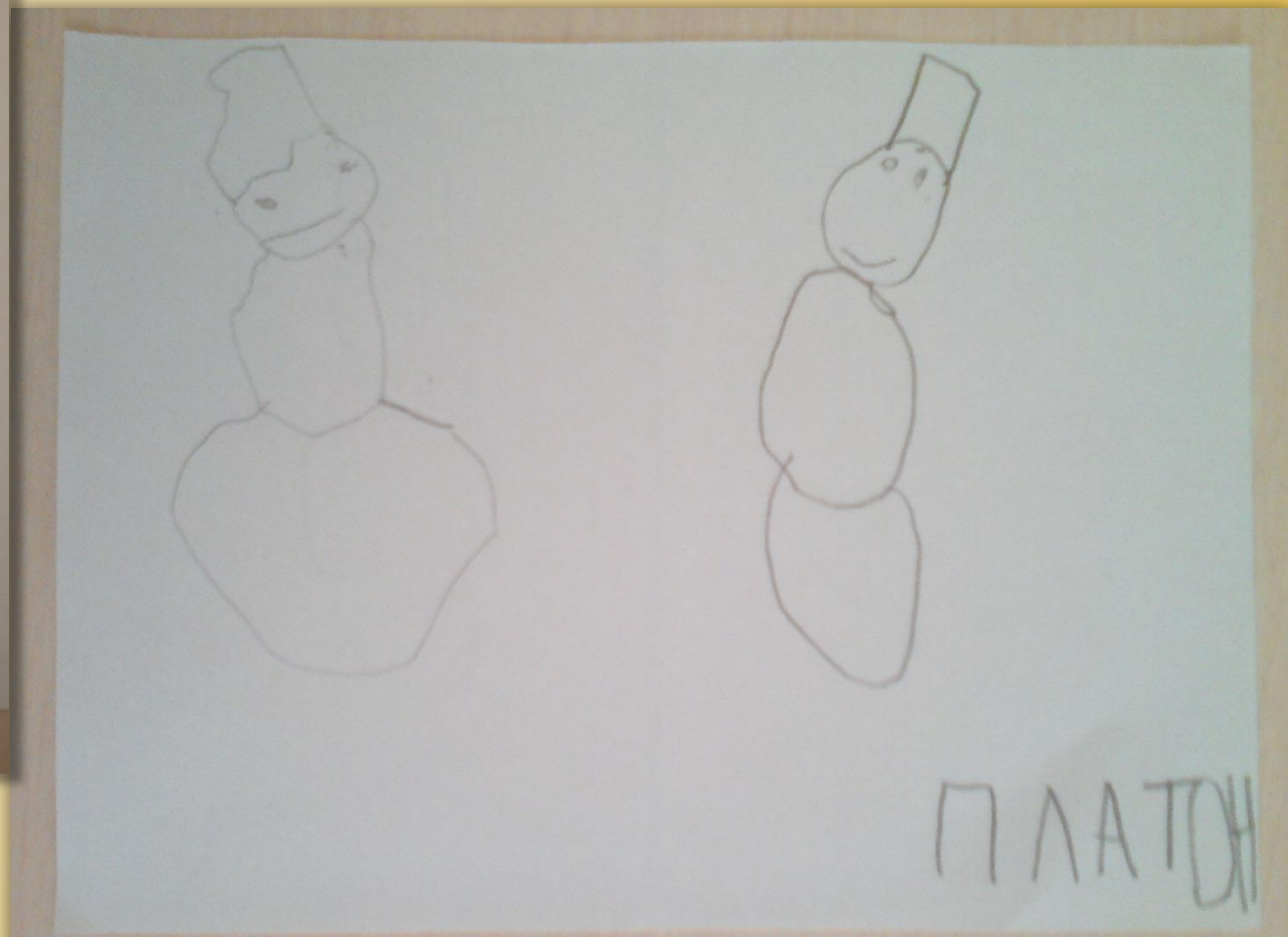
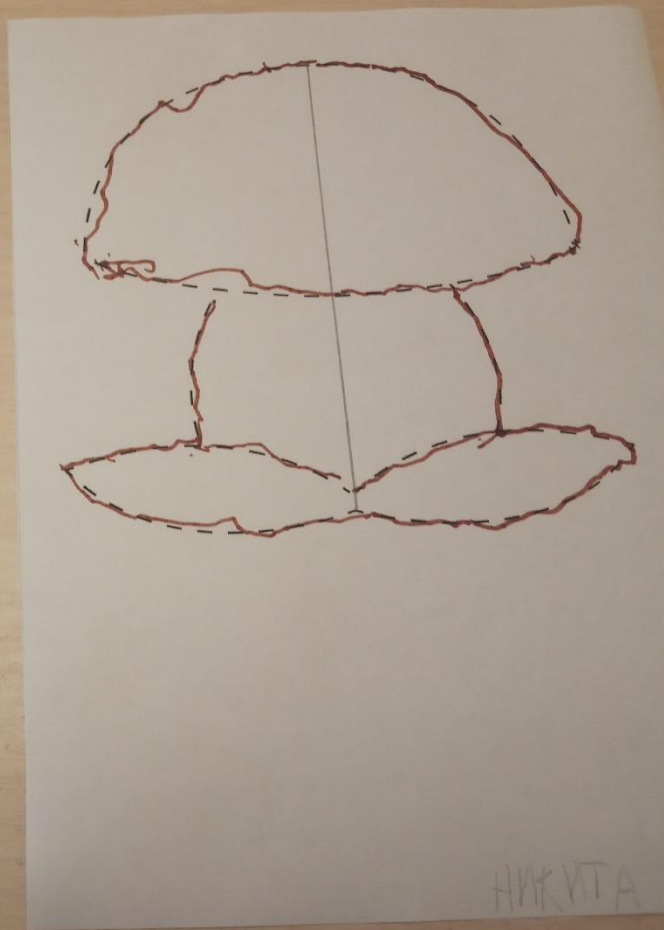
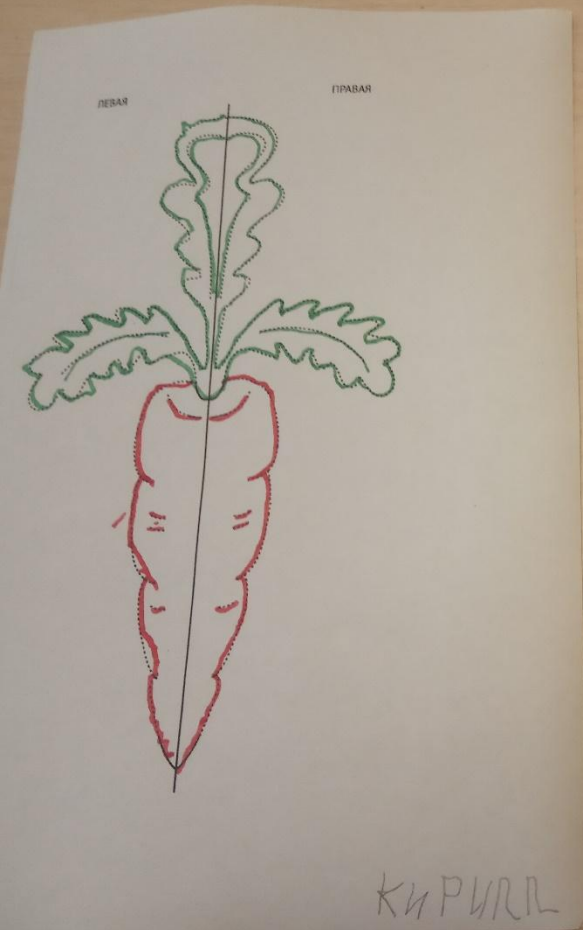


«Зеркальное рисование»

Положить на стол чистый лист бумаги. Рисовать одновременно обеими руками зеркально-симметричные рисунки. При выполнении этого упражнения расслабляются глаза и руки. Когда деятельность обоих полушарий синхронизируется, заметно увеличится эффективность работы всего мозга.



«Зеркальное рисование»



Правила применения кинезиологических упражнений:

1. Основное требование – чёткое выполнение движений.
2. Постепенное увеличение темпа и сложности упражнений.
3. Оптимально проводить занятия с небольшой подгруппой детей или индивидуально.
4. Заниматься ежедневно от 5 до 15 минут.
5. Занятия должны проводиться в эмоционально комфортной, доброжелательной обстановке. Занятия, проходящие в ситуации стресса, не имеют своего воздействия.
6. Упражнения можно выполнять в любом месте и в любое удобное время.

Полезьа и привлекательность кинезиологических упражнений состоит в её простоте и практичности. Человек может выполнять эти упражнения в любое время и в любом месте, для повышения эффективности того, что он в данный момент делает.

Суть упражнений состоит в том, что **они позволяют создавать новые нейронные связи и улучшают совместную работу двух полушарий головного мозга.**

Список литературы:

1. Кольцова М.М., Рузина М.С. Ребёнок учится говорить. Пальчиковый игротренинг. М., 2006.
2. Сиротюк А.Л. Нейропсихологическое и психофизиологическое сопровождение обучения. М., 2003.
3. Сиротюк А.Л. Коррекция развития интеллекта дошкольников. М., 2001.
4. Цветкова Л.С., Семенович А.В. Актуальные проблемы нейропсихологии детского возраста. М., 2006.
5. К. Ханнафорд «Мудрое движение. Мы учимся не только головой», 1995.
6. Воробьева В.А., Иванова Н.А., Сафронова Е.В., Семенович А.В., Серова Л.И. Комплексная нейропсихологическая коррекция когнитивных процессов в детском возрасте. М., 2001
7. Шанина Г.Е. Упражнения специального кинезиологического комплекса для восстановления межполушарного взаимодействия у детей и подростков. М., 1999

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!