

Семинар «Кинезиологические упражнения для детей дошкольного возраста»

Л. П. Самсон,

преподаватель педагогики

высшей квалификационной категории Пинского колледжа

Брестского государственного университета им. А. С. Пушкина

Данный семинар предоставляет участникам возможность обобщить свои знания о развитии интеллекта детей дошкольного возраста, выявить причины, приводящие к проблемам в развитии ребенка, а также овладеть практическими кинезиологическими методами и приемами для последующего применения в своей профессиональной деятельности.

Цель: познакомить учащихся с элементами кинезиологии через организацию системы специальных упражнений и приемов.

Задачи:

- 1) сформировать знания о некоторых приемах и методах работы с детьми;
- 2) способствовать развитию умений обобщать полученные знания, проводить анализ, синтез, сравнения, делать необходимые выводы;
- 3) обеспечить условия для воспитания положительного интереса к здоровьесберегающим технологиям.

Оборудование и материалы: два мяча, листы бумаги, фломастеры, резинки для волос, камешки Марблс, пособия по развитию полушарий, презентация, мультиборд.

Ход семинара

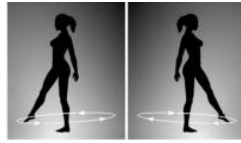
1. Организация начала семинара

Возьмите в руки карандаш (с гранями). Покатайте его по ладоням. Прилив крови к рукам благоприятствует эмоциональной устойчивости и физическому здоровью. Учеными доказано, что таланты каждого человека находятся на кончиках пальцев. Давайте развивать наши таланты!

2. Актуализация знаний

Прием «Интеллектуальная разминка»

Сейчас проведем с вами такой психофизиологический тест «Крутящаяся балерина». Посмотрите внимательно на нее и определите в какую сторону она вращается – по часовой стрелке или против (влево или вправо)?



С помощью этого теста вы сможете определить, какое полушарие у вас активно работает. Если вы видите, что балерина крутится то влево, то вправо – значит, у вас активно работают оба полушария.

Развитие межполушарного взаимодействия является основой развития интеллекта. Кинезиологические упражнения – это комплекс движений, позволяющих активизировать межполушарное воздействие. Кинезиологическими движениями пользовались Гиппократ и Аристотель. Кинезиологические упражнения развивают мозолистое тело, повышают стрессоустойчивость, синхронизируют работу полушарий, улучшают мыслительную деятельность, память и внимание, облегчают процесс чтения и письма.

3. Постановка цели и задач семинара

4. Подготовка учащихся к усвоению нового материала

Прием «Оратор»

За одну минуту убедите присутствующих, что изучение этой темы просто необходимо. (*Ответы учащихся.*)

5. Изучение нового материала

Для детей с различными особенностями развития, с затруднениями в обучении, трудностями в адаптации характерно нарушение общей и мелкой моторики, слабая нервно-мышечная регуляция процессов дыхания, голосообразования, артикуляции, нестабильность нервной системы (эмоциональная возбудимость, чрезмерная расторможенность либо заторможенность, неустойчивость и повышенная истощаемость нервных процессов, дефицит внимания, низкая работоспособность) на фоне остаточных проявлений органического поражения центральной нервной системы.

Использование кинезиологических упражнений в деятельности учителя-дефектолога, воспитателя дошкольного образования становится перспективным средством коррекционно-развивающей работы с детьми. На фоне комплексной коррекционной помощи кинезиологические упражнения, не требуя особых усилий, оптимизируют процесс коррекции речи и интеллектуальной деятельности и способствуют оздоровлению всего организма ребенка. Кроме того, такие методы и приемы помогают организовывать занятия интереснее и разнообразнее.

Упражнения

«Ухо – нос». Левой рукой возьмемся за кончик носа, а правой рукой – за противоположное ухо. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши, поменяйте положение рук с точностью до наоборот.

«Кулак – ребро – ладонь». Последовательно сменять три положения руки на плоскости стола: ладонь на плоскости, ладонь сжатая в кулак, ладонь ребром на плоскости стола. Сначала правой рукой, потом – левой, затем двумя.

«Колечко». Поочередно и как можно быстрее перебирайте пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т. д. Пробы выполняются в прямом (от указательного пальца к мизинцу) и в обратном (от мизинца к указательному пальцу) порядке. Вначале упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе.

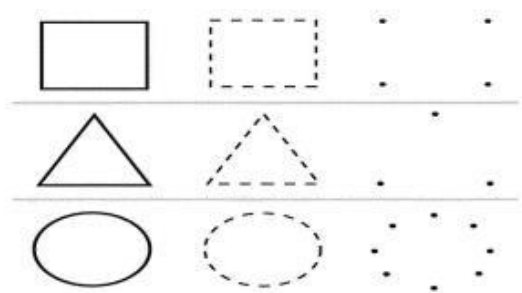
Выполняя кинезиологические упражнения, дети произносят поставленный звук сначала изолированно, затем в слогах, словах, словосочетаниях, стихах и потешках.

Упражнение «Колечко» можно выполнять, произнося отработанный звук (слог, слово). На этапе автоматизации, например, звука «Ш» в слогах произносим слог «ша», «шо», «шу», далее слова, словосочетания, стихи и потешки.

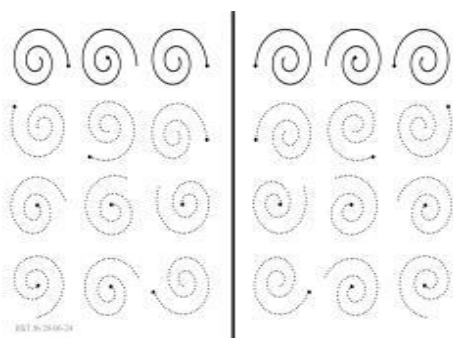
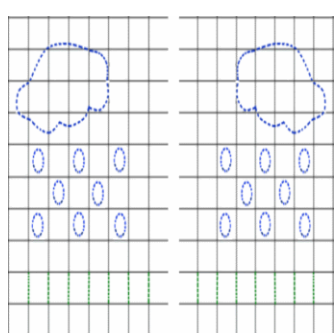
«Лягушка». Положить руки на стол. Одна рука сжата в кулак, другая лежит на столе ладонью вниз. По очереди менять положение рук.

«Лезгинка». Левая рука сложена в кулак, большой палец отставлен в сторону, кулак развёрнут пальцами к себе так, что большой палец указывает налево. Правая рука вытянутыми пальцами прикасается к мизинцу левой руки, ладонь смотрит вниз. После этого одновременно меняется положение правой и левой рук с ускоряющимся темпом.

Рисование двумя руками. Возьмите в две руки фломастеры, (карандаши, ручки) и начните рисовать два круга одновременно, потом два квадрата и два треугольника.



Можно нарисовать или закрасить какой-то предмет двумя руками одновременно. Лист бумаги лучше фиксировать скотчем.



Игры с резинками (просмотр видеоролика). Выполнение одной рукой, затем двумя. Можно подключать автоматизацию звуков в слогах, словах.

Игры с цветными камешками «Марблс» (просмотр видеороликов).

Важно помнить. Проводить такие упражнения можно только в том случае, если идет стандартная работа. Творческую деятельность прерывать кинезиологическими упражнениями нецелесообразно.

Если же предстоит интенсивная умственная нагрузка, то комплекс упражнений лучше проводить перед работой. Кинезиологические упражнения дают как немедленный, так и накапливающий эффект. Самый благоприятный период для интеллектуального развития – это возраст до 12 лет, когда кора больших полушарий еще окончательно не сформирована.

Чем быстрее ребенок будет выполнять кинезиологические упражнения без ошибок, тем более заметным будет прогресс. Заниматься с ним нужно по 10–15 минут каждый день и скоро будет результат.

6. Первичная проверка усвоенного материала

Прием «Кластер»

Учащимся предлагается составить кластер по новой теме, сделать выводы.

7. Подведение итогов (рефлексия)

Продолжите фразы:

- ✓ Сегодня я узнал...
- ✓ Было трудно...
- ✓ Я понял, что...
- ✓ Я научился...
- ✓ Я смог...
- ✓ Было интересно узнать, что...
- ✓ Меня удивило...
- ✓ Мне захотелось...

Литература

1. **Столяренко, Л. Д.** Гимнастика для гармонизации деятельности полушарий мозга. – М.: Аркти, 2010 г. – 49 с.
2. **Сиротюк, А. Л.** Обучение детей с учетом психофизиологии. – М.: ТЦ «Сфера», 2013 г. – 113 с.
3. **Сиротюк, А. Л.** Коррекция проблем обучения и развития методом кинезиологии. – М.: ТЦ «Сфера», 2014 г. – 68 с.
4. **Сазонов, В. Ф.** Кинезиологическая гимнастика против стрессов: учеб.-метод. пособ. / В. Ф. Сазонов, Л. П. Кириллова, О. П. Мосунов. – Рязань, 2000. – 48 с.