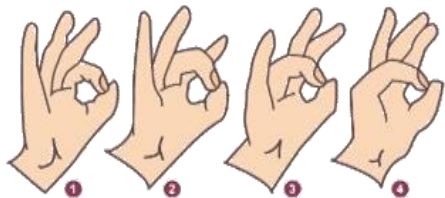


Упражнения проводятся по специально разработанным комплексам.

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.



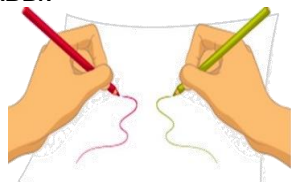
«КУЛАК-РЕБРО-ЛАДОНЬ»

Три положения руки на плоскости стола 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 распрямлена). Вернуться к исходному положению и повторить еще 6-8 раз. Ускоряйте темп выполнения, не забывая прижимать и оттопыривать большие. Упражнение требует тренировки, оно может получиться далеко не сразу.



«УХО-НОС»

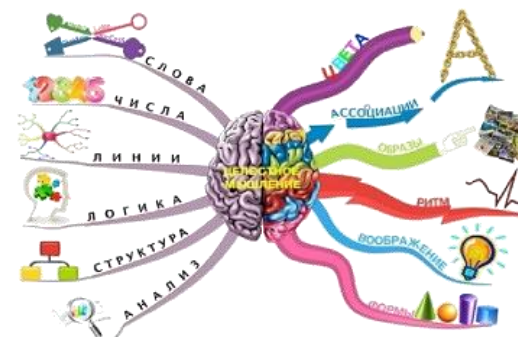
Левой рукой взяться за кончик носа, а правой рукой-за противоположное ухо (левое). Одновременно отпустить ухо и нос, хлопнуть в ладоши, поменять положение рук «с точностью до наоборот».



**РАЗВИТИЕ РЕБЕНКА
В ВАШИХ РУКАХ**

**МАДОУ МО г. Краснодар
"Детский сад «Сказка»
структурное подразделение №145**

«Гимнастика мозга – ключ к развитию способностей ребенка!»



"ГИМНАСТИКА МОЗГА"

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 равнополушарных**. 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 двухсот 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 и 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.

