



Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение
Центр развития ребенка детский сад «Колокольчик»
посёлка Витим МО «Ленский район» РС(Я)



«Кинезиологические упражнения как элемент экологического воспитания старших дошкольников с ОВЗ»



Карелина Елена Олеговна
воспитатель высшей квалификационной категории

п. Витим, 2023г





Что такое кинезиология?

**Кинезиология – наука о
развитии ГОЛОВНОГО МОЗГА
через движение**



Кинезиологические упражнения – это комплекс движений, позволяющих активизировать межполушарное воздействие.

Кинезиологические упражнения позволяют:

улучшить память, внимание, речь, пространственные представления, развить мелкую и крупную моторику, облегчить процесс чтения и письма, снизить утомляемость, излишнее напряжение, повысить стрессоустойчивость организма.



Актуальность использования метода кинезиологии в развитии детей дошкольного возраста.

Современный мир меняется стремительно: запросы общества таковы, что ребенок должен быть готов воспринимать большой объем информации, ориентироваться в нем и постараться стать успешным. Поэтому и необходимыми становятся не сами знания, а умение учиться, развивать личность через формирование универсальных учебных действий. В последнее же время отмечается увеличение количества детей с затруднениями в обучении, различными нарушениями в организме, трудностями в адаптации. Для преодоления имеющихся у них нарушений необходимо проведение комплексной психокоррекционной работы. Также в системе дошкольного образования мы наблюдаем значительные преобразования, вызванные изменением научной, материальной, методической базы обучения и воспитания детей дошкольного возраста. Одним из важных условий обновления является использование новых информационных технологий. Это позволяет, с одной стороны повысить эффективность образовательного процесса, с другой - в большей степени применить индивидуальный подход в процессе обучения и воспитания.



Методологическая основа

Методологическую основу данного пособия составляют научно-практические исследования ученых:

За основу была принята развивающая кинезиологическая программа А.Л. Сиротюк.

ї Института физиологии детей и подростков АПН (М. М. Кольцова, Е. И. Исенина, Л. В. Антакова-Фомина) о связи интеллектуального развития и пальцевой моторики;

ї Работы В. М. Бехтерева, А. Н. Леонтьева, А. Р. Лурия, Н. С. Лейтеса, П. Н. Анохина, И. М. Сеченова о влиянии манипуляций рук на функции высшей нервной деятельности, развитие речи. Пособие «Комплекс кинезиологических игр и упражнений для детей дошкольного возраста» было разработано на основе следующего программно-методического обеспечения: ї Развивающая кинезиологическая программа «Гимнастика мозга» Пола Деннисона;

ї Учебно-методическое пособие «Кинезиологическая гимнастика против стрессов» В.Ф. Сазонов, Л.П. Кириллова, О.П. Мосунов;

ї Практическое пособие «Упражнения для психомоторного развития дошкольников» А.Л. Сиротюк. Применение пособия в работе с детьми способствует достижению следующей цели и задач.

«Здравствуй»

Речевое сопровождение:

Здравствуй, солнце золотое!

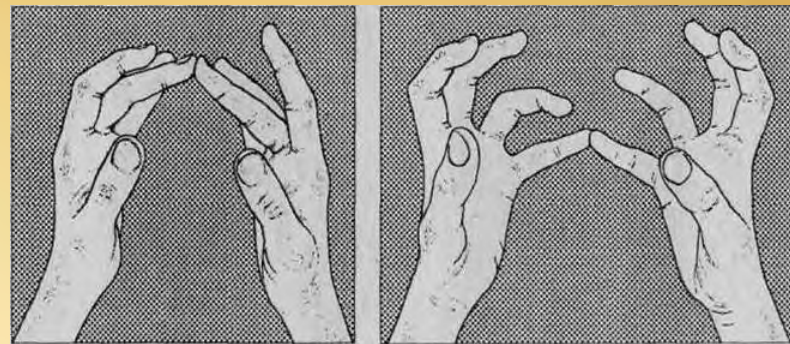
Здравствуй, небо голубое!

Здравствуй, вольный ветерок,

Здравствуй, маленький дубок!

Мы живем в одном краю —

Всех я вас приветствую!



Инструкция:

Пальцами правой руки по очереди
«здороваться» с пальцами левой
руки, похлопывая друг друга
кончиками.

«Крючки»

Давайте, люди,
Дружить друг с другом,
Как птицы с небом,
Как ветер с лугом,
Как парус с морем,
Трава с дождями,
Как дружит солнце
Со всеми нами.

Инструкция:

Руки сжаты в кулаки, мизинцы сцеплены друг с другом. Попеременно и попарно сцеплять пальцы на руках.



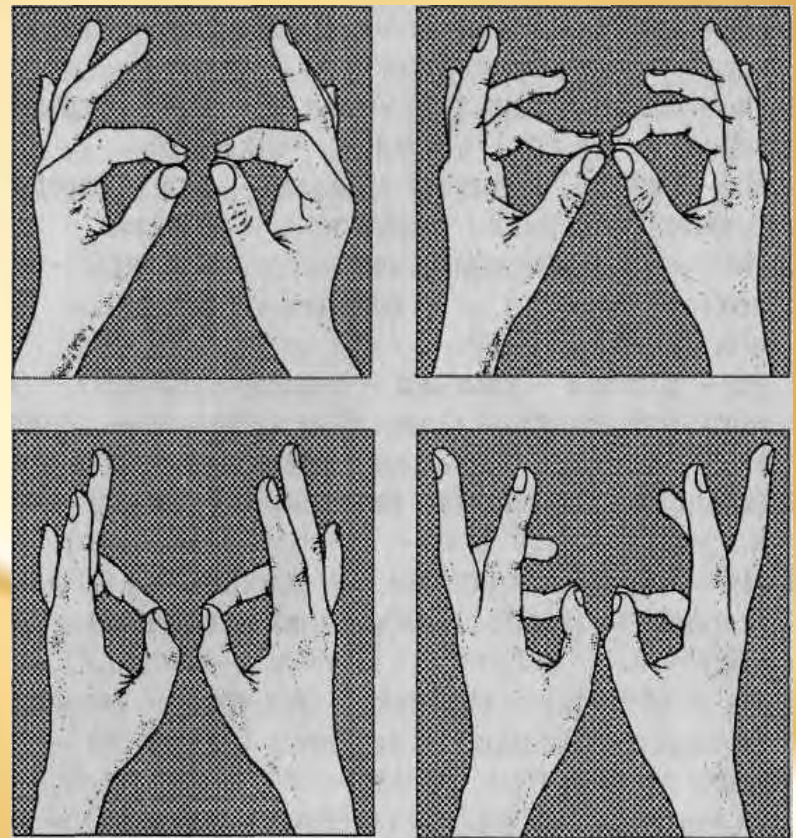
«Колечко 1»

Последовательно в достаточно быстром темпе соединять большой палец сначала с указательным, потом со всеми остальными – это будет прямой порядок.

Речевое сопровождение:

Чтоб цветы в лесу цвели,
Всю весну и лето
Мы не будем собирать
Их больших букетов.

Если птенчик из гнезда
Выпорхнул до срока,
Мы поможем, не беда
Не трещи, сорока.



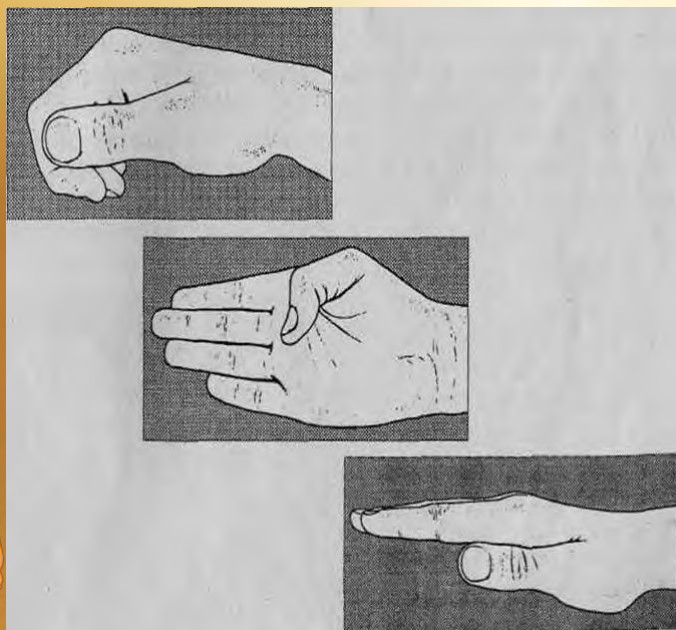


«Кулак - ребро – ладонь»

Движение рук:



Выполнять движения желательно на поверхности стола. Движения должны быть четкими, с четкой последовательностью. Во втором и третьем положении следите, чтобы пальцы были выпрямлены. Сначала сделайте упражнение вместе с ребенком. Затем предложите повторить самостоятельно (до десяти раз). Прежде, чем приступить к повторам с двумя руками, пусть ребенок отработает алгоритм сначала правой (если малыш правша), затем левой рукой.



Инструкция:

Речевое сопровождение:

Должен знать и помнить каждый:
если мусор сыпать в пруд,
то в таком пруду однажды
рыбы попросту помрут.

«Лягушка»



Инструкция:

поочередно одна рука
сжимается в кулак, а
другая — лежит ладонью
на столе.

Речевое сопровождение:

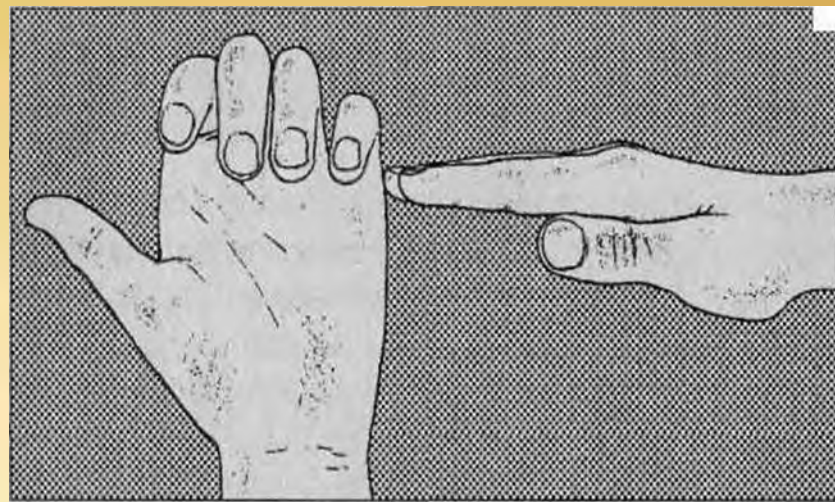
Лягушка хочет в пруд,
Лягушке скучно тут,
А пруд зарос травой,
Зеленой и густой.



«Лезгинка»

Речевое сопровождение:

Жили люди на планет
Мамы, папы и их дети,
Бросят люди по бумажке
Планета станет замарашкой....



Инструкция:

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 пальцы

«Ухо-нос» (1)

Села на нос мне, на
правое ухо –

Лезет назойливо
черная муха.

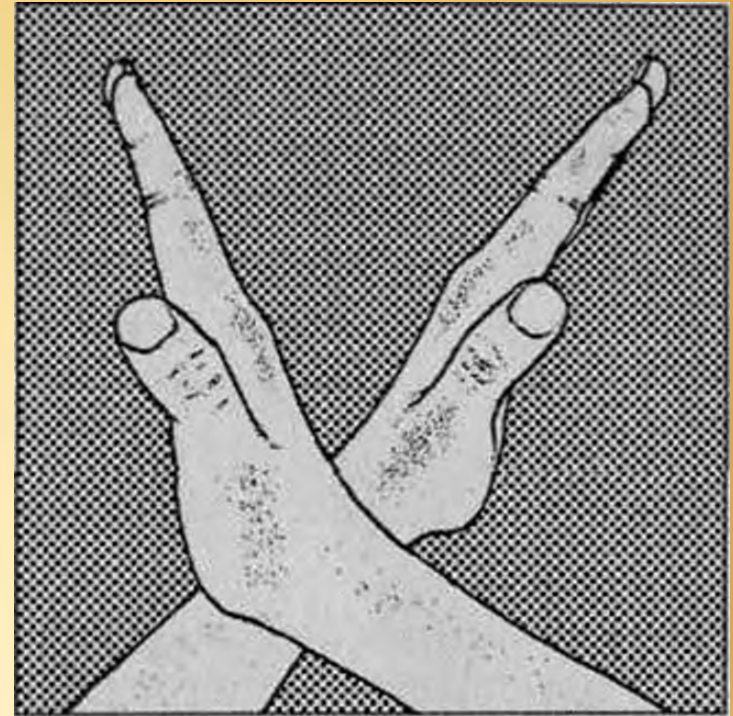
Снова на нос, но на
левое ухо-

Кыш, улетай от меня,
Цокотуха!



«БАБОЧКА»

Бабочка-коробочка,
улетай под облачко.
Там твои детки
На березовой ветке.



«Зеркальное рисование»

Инструкция:

положите на стол чистый лист бумаги. Начните рисовать одновременно обеими руками зеркально симметричные рисунки.

Например, земной шар, или озеро, или реку, море и т. д.

При выполнении этого упражнения почувствуете, как расслабляются глаза и руки. Когда деятельность обоих полушарий синхронизируется, заметно увеличится эффективность работы всего мозга.





Применение кинезиологических упражнений в экологическом воспитании старших дошкольников с ОВЗ:

Мы попытались соединить двигательные упражнения с рифмованными стихотворениями на экологическую тематику, которые можно проговаривать во время проведения пальчиковых игр и физминуток.

Движения перекрестно – латерального характера лучше использовать при «путешествии» по экологической тропе и «путешествии по станциям», а упражнения на релаксацию можно сочетать с природной тематикой.

Симметричное, горизонтальное, зеркальное рисование, а также «горизонтальные восьмерки» можно использовать как физминутки, схему маршрута при путешествии в лес или другую экологическую среду.

Путешествие по экологической тропе

Нам значки сегодня дали,
Мы экологами стали!
Мы в любую непогоду,
Охранять идем природу!



1. А.Л. Сиротюк «Обучение детей с учётом психофизиологии», «Сфера», Москва 2001г.
2. А.Л. Сиротюк «Нейропсихологическое и психофизиологическое сопровождение обучения», «Сфера», Москва 2003г.
3. А.Л. Сиротюк «Синдром дефицита внимания с гиперактивностью», «Сфера», Москва 2002г.
4. В.Любимова «Кинезиология. Второй уровень познания тела», «Невский проспект», Санкт – Петербург, 2005г.
5. В.Любимова «Кинезиология, или природная мудрость тела», «Невский проспект», Санкт – Петербург, 2005г.
6. В.Д. Еремеева «Мальчики и девочки – два разных мира», «Линка – пресс» Москва, 1998 г.
7. П.Деннисон, Г. Деннисон «Программа «Гимнастика ума». Пер. С.М.Масгутовой, Москва, 1997 г.

\

Спасибо за внимание!



© Photo.elsaor.com