

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
№ 114 г. Липецка

Выступление на ГПС

«Использование метода кинезиологии в работе с детьми
дошкольного возраста при формировании интеллектуальных и
творческих способностей»

Подготовила
педагог-психолог
Лётина Н.А.

Липецк 2019

2 слайд

«Едва ли 10% людей на земле сбалансировано используют оба полушария своего головного мозга. Остальные развивают только левое полушарие и игнорируют колоссальный творческий потенциал правого полушария».

Мэрили Зденек «Развитие правого полушария».

3 слайд

Происходящие изменения в обществе и принятые стандарты дошкольного образования выдвинули новые требования к системе образования. Дошкольное учреждение призвано создать условия для интеллектуального, творческого, эмоционального, физического развития ребенка и осуществить его подготовку к школе. Особенно **актуально** звучит задача по социализации ребенка, развитию у него потребностей в творчестве, формировании любознательности, мотивации в достижении успеха по новым дошкольным стандартам. В условиях модернизации дошкольного образования воспитание творческих и интеллектуальных способностей становится одним из главных направлений в работе с детьми.

Развитие интеллекта напрямую зависит от сформированности полушарий головного мозга, их взаимодействий.

Однако, в настоящее время растет число детей с минимальными мозговыми дисфункциями (30% от общего числа), которые проявляются нарушениями речи, мышления, изменениями качеств психики. Определенную роль в их возникновении играют нарушения функциональной асимметрии коры больших полушарий головного мозга и межполушарного взаимодействия.

Среди наших воспитанников есть дети с речевыми нарушениями, которые накладывают отпечаток на формирование у детей сенсорной, интеллектуальной и волевой сферы, незрелость психических процессов, пространственные нарушения, расстройства в эмоционально-волевой, личностной сферах, снижение работоспособности, общая соматическая ослабленность, отставание в развитии двигательной сферы.

Постоянно растущее число детей с нарушениями в физическом и психическом развитии ставит перед педагогом задачу поиска эффективных форм и приемов профилактики и укрепления здоровья малышей в условиях дошкольного образовательного учреждения.

С этой целью (найти новый инструмент коррекции и развития) в 2017 году приняла участие в семинаре – тренинге по теме «Базовые техники Образовательной

кинезиологии в работе с детьми и взрослыми» на базе центра психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи. Меня заинтересовали эти техники и в дальнейшем, изучая теорию и практику метода кинезиологии, я поняла, что для наших детей в детском саду он будет очень актуален. Сначала применяла отдельные элементы данного метода в работе с детьми, увидев положительную динамику развития воспитанников, я в своей практической деятельности решила активно использовать образовательную кинезиологию.

С этой целью мною была составлена программа по развитию интеллектуальных и творческих способностей детей с применением метода кинезиологии.

4слайд

Так что же такое кинезиология это наука о развитии умственных способностей через определенные двигательные упражнения. И именно они позволяют создать новые нейронные связи и улучшить работу головного мозга, отвечающего за развитие психических процессов и интеллекта.

5 слайд

Кинезиология имеет интересную историю своего происхождения и приятно удивит, тот факт, что впервые ее стали изучать в **России** и называлась она **Биомеханика человека**.

Этот термин употреблял П. Лесгафт уже в начале 1910-х гг. в своих публикациях по курсу физического образования.

Н. Бернштейн разработал научную теорию биомеханики, он является основателем учения о двигательной деятельности человека и животных.

Развитие истории изучения двигательной активности в России официально началась с 30-х годов XX века с работ профессора **Павлова И.П.**

6 слайд

Кинезиология развилась в 60-е годы из хиропрактики, остеопатии других наук. Основатель прикладной кинезиологии в современном виде американец Джордж Гудхардт принял за основу древний метод индейцев, развил его, создав достаточно стройную теорию, в основе которой лежит мышечный тест, считающийся в науке о движениях точнейшим и эффективным инструментом. Мышечное тестирование определяет стрессовые области в жизни человека, уточняет эмоциональные травмы, которые привели к проблемам.

7 слайд

Концепция "**ТРИ В ОДНОМ**" является новейшим направлением кинезиологии. Она возникла в 70-х годах XX столетия. Её авторами являются **Гордон Стокс** (кинезиолог), **Дениэл Уайтсайд** (врач-генетик) и **Кэндис Келлуэй** (психолог, метафизик).

Концепция включила в себя работу с телом и эмоциями, достижения нейробиологии и их собственные оригинальные находки. Они уделили гораздо больше внимания эмоциональной стороне жизни человека. Мышечное тестирование предлагалось использовать для определения стрессов и их коррекции. Первые курсы своего направления авторы назвали «**Единый мозг**». В основе этого подхода лежит

следующая концепция: когда человек находится в состоянии стресса, то не может использовать возможности своего мозга на 100%. Когда эмоциональный стресс заканчивается, мозг восстанавливает способность полноценно функционировать, используя логику левого и творческий подход правого полушария. Целостный мозг обеспечивает интегрированный взгляд на жизнь. Во многом эмоциональные, физические и поведенческие проблемы произрастают из прошлых травм. Техники концепции «**Единый мозг**» в первую очередь восстанавливают способность осуществлять свободный выбор в настоящем времени без тормозящих последствий прошлого опыта.

8 слайд

Дальнейшим шагом в развитии кинезиологии стало рождение образовательной кинезиологии, применявшейся в педагогике. Автором этого направления стал Пол Деннисон, который после 20-ти летней работы с детьми во вспомогательном центре в Калифорнии в 1979 г. прошел курс обучения «Целебному прикосновению». В 1982 г. Деннисон разработал программу восстановления координации и включил в нее наряду с детьми и взрослых. Результаты оказались успешными. Образовательная кинезиология в основном применяется в педагогических целях для улучшения обучения, в частности чтения, письма, математики, запоминания и пр. Она оказывает помощь как детям, так и взрослым, в ситуациях, требующих ясного мышления или связанных с проблемными областями. В начале 1990гг. Он создал программу «Гимнастика Мозга»

9 слайд

Параллельно этим исследованиям В 1981 году американский нейропсихолог, профессор психобиологии Роджер Сперри получил Нобелевскую премию за исследования в области межполушарной специализации мозга.

Благодаря его работам ученые пришли к выводам, что когда человек в своем обучении задействует технологии по гармонизации его левой и правой части, то увеличивается продуктивность и результативность обучения

Чтобы привести к гармонии работу обеих его частей, следует выполнять определенные упражнения, разработанные психофизиологами. Главным инструментом здесь играют руки. Действуя двумя руками, человек развивает оба полушария

10 слайд

В результате Авторы практической кинезиологии считают, что скорректировать, частично восстановить согласованность в работе правого и левого полушарий, усилить самоконтроль за своими эмоциями помогут специфические движения кинезиологии или по др (Гимнастика мозга).

Для тех, кто первый раз сталкивается с названием Гимнастика мозга, скорее всего, будет непонятно, как мозг может заниматься физкультурой. Но все станет очевидным, если мы

11 слайд

обратимся к следующим фактам:

- Головной мозг новорожденного является уменьшенной копией мозга взрослого человека
- К 4-5 месяцам вес мозга удваивается, а к 3 годам – утраивается по сравнению с весом мозга новорожденного
- Но самым важным является не суммарный вес мозга, а **нейронные связи между клетками** мозга
- В мозге ребёнка почти столько же нейронов, сколько звёзд в Млечном пути – около миллиарда!
- Но сами связи между нейронами образуются в процессе активного взаимодействия ребенка с внешней средой **через движение**.

Получается, что **движение способствует росту и формированию мозга**. Конечно же, самый важный период для этого – возраст с рождения до трех лет.

12 слайд

Чем больше ребенок получает зрительного, аудиального, осязательного, обонятельного опыта из окружающего его пространства через движение, участь поддерживать равновесие тела в условиях гравитации, тем больше образуется новых связей между нейронами. Это является **основой для развития интеллекта** ребенка, его самосознания, способности доверять и желаяния учиться. Известно, что дети, которые пропустили жизненно важную стадию развития — **ползание**, испытывают трудности в обучении. Дело в том, что во время ползания используются перекрестные движения рук, ног и глаз, активизирующие развитие мозолистого тела

13 слайд

Единство **мозга** складывается из деятельности двух его полушарий. Между полушариями находится мозолистое тело, которое интенсивно **развивается до 7-8 лет**. Это толстый пучок нервных волокон, через который происходит **взаимодействие** между двумя полушариями. Благодаря этому процессу происходит передача информации из одного полушария в другое, обеспечивается целостность и координация работы **мозга**.

14 слайд

Самый благоприятный период для интеллектуального развития – это возраст до 10 лет, когда кора больших полушарий еще окончательно не сформирована. Пика своего развития мозг достигает к 25 годам, потом начинается обратный процесс. С возрастом мозг человека стареет как и все тело. Новые исследования показывают, что снижение эффективности деятельности мозга начинается приблизительно в 45 лет. И хотя процесс старения мозга остановить нельзя, его можно замедлить и развивать.

15 слайд

Каждое из полушарий отвечает за некоторые функции, у каждой части мозга свое назначение.

Левое полушарие берет на себя функции логического мышления и операций с вычислениями. Оно способно обрабатывать информацию извне в строгой последовательности. Правое полушарие больше отвечает за творчество и чувственное восприятие.

16 слайд

Именно так мы воспринимаем запахи, музыку, цвета и способны понять искусство. Также именно это полушарие помогает нам ориентироваться в окружающем мире. Кроме этого, именно правое полушарие позволяет нам мыслить креативно и находить необычные решения.

17 слайд

Неспособность правого и левого полушарий к интеграции, полноценному **взаимодействию** – одна из причин нарушения функции обучения и **управления своими эмоциями**.

Когда полушария функционируют правильно и между ними сохраняется баланс, то **взаимодействие** между ними выражается в идеальном партнерстве, результатом которого является эффективная творческая работа **мозга**. Это становится возможным, когда работают и правое, и левое полушария, когда логическое мышление сочетается с интуицией.

18 слайд

Баланс – это работа сразу двух полушарий. Если нарушается проводимость энергии через мозолистое тело, то одно полушарие берет на себя почти всю нагрузку, а другое полушарие блокируется. В результате ребенок может либо не думая делать, либо размышляя и не делать.

19 слайд

Обычно блокируется именно левое полушарие и ребенок не способен мыслить, повышать эрудицию, быстро соображать, у него не срабатывает смекалка и конструкторская мысль.

20 слайд

Современные кинезиологические методики направлены на

активизацию различных отделов коры головного мозга, на развитие межполушарного взаимодействия, что позволяет развивать способности человека или корректировать проблемы в различных областях психики.

21 слайд

Кинезиологические упражнения – это комплекс движений, позволяющих активизировать межполушарное воздействие. Они развивают мозолистое тело, повышают стрессоустойчивость, синхронизируют работу полушарий, улучшают мыслительную деятельность, способствуют улучшению памяти и внимания, облегчают процесс чтения и письма.

Кинезиологические упражнения дают возможность задействовать те участки мозга, которые раньше не участвовали в учении, и решить проблему неуспешности.

22 слайд

Под влиянием **кинезиологических тренировок** в организме происходят положительные структурные изменения. При этом, чем более интенсивна нагрузка (в допустимых пределах), тем значительнее эти изменения. Сила, равновесие, подвижность, пластичность нервных процессов осуществляется на более высоком уровне. Совершенствуется регулирующая и координирующая роль нервной системы.

23 слайд

Таким образом-

Цель кинезиологии - развитие умственных способностей и творческого потенциала, физического здоровья ребенка через определённую систему двигательных упражнений.

Задачи:

- развитие межполушарной специализации;
- развитие межполушарного взаимодействия,
- синхронизация работы полушарий,
- развитие мелкой моторики,
- развитие памяти, внимания, речи
- развитие мышления,
- повысить способности к произвольному контролю.

34 слайд

Методы и приемы :

1. Растяжки.
2. Дыхательно-координационные упражнения
3. Телесные упражнения
4. Глазодвигательные упражнения.
5. Пальчиковая гимнастика.
6. Элементы ментальной арифметики.
7. Массаж. Самомассаж.
8. Релаксация.

25 слайд

Эти методы и приемы применяются в работе со всеми участниками педагогического процесса: с детьми, родителями и педагогами.

С педагогами проводятся мастер классы, семинары, консультации, на которых знакомлю с современными кинезиологическими методиками, их целями и задачами, применением этих методик на практике. Даю методические рекомендации для педагогов и родителей по использованию кинезиологических упражнений с детьми дошкольного возраста. На родительских собраниях знакомлю родителей с методом кинезиологии. На совместном занятии родителей и детей показываю, что же такое кинезиологические упражнения, и рассказываю о кинезиологии и целях данных упражнений. При рассмотрении каждого элемента занятия в отдельности, выделяя его цели, указывая, на что именно направлено то или иное упражнение, помогаю родителям понять важность и значимость этого комплекса упражнений. Возможности компенсации когнитивных и поведенческих нарушений существенно повышаются при активном участии родителей в формирующей работе. После беседы с родителями разъясняю, как можно использовать кинезиологические упражнения дома, о пользе

этих упражнений. На сайте ДОУ и на стендах в приемных размещаю информацию о кинезиологических упражнениях. Составляю памятки с рекомендациями.

На родительских собраниях демонстрирую различные видео. Одно из них мы сейчас посмотрим. И выполним предложенные задания.

Видео 26 слайд

27 слайд

С детьми провожу занятия по авторской программе «Умка» с целью развития интеллектуальных творческих способностей детей с применением метода кинезиологии.

Рассмотрим структуру занятия:

Каждое занятие состоит из 3-х частей

Первая часть – приветствие.

Это позволяет детям настроиться на совместную деятельность. Чаще всего применяю такие приветствия - как:

-Мы вначале будем хлопать,

А затем мы будем топтать,

А потом мы повернемся

И друг другу «И друг другу улыбнемся» (дети выполняют движения).

Второй раз с этими же словами, но в конце - «И друг другу засмеемся». Со временем, я придумываю разные способы приветствия, но обязательно с движениями. В этом мне помогают даже дети. Часто они сами предлагают какой-нибудь способ. И мы это делаем. Детям нравится, когда они становятся полноправными участниками в принятии решений. Это активизирует их в дальнейшем

28 слайд

Вторая часть – основная, которая выполняет всю смысловую нагрузку.

Разнообразие приемов дает возможность быть детям в тонусе, поддерживать интерес на протяжении всего занятия. Конечно дети меняют положения – то сидя, то стоя, то в кругу, то за столами. Занятие в этой части построено таким образом, что один вид деятельности сменяется другим. Всего 8 блоков заданий :

1 Растяжки.

2 Дыхательно-координационные упражнения

(Направлены на активизацию и энергетизацию работы стволовых отделов мозга, ритмирование правого полушария, снятие мышечного напряжения.)

3 Телесные упражнения направлены на развитие координации движений и графических навыков, активизации стволовых структур мозга и межполушарного взаимодействия.

4 Глазодвигательные упражнения. (Предупреждения зрительного переутомления. Способствует снятию рефлекса периферического зрения, ритмированию правого полушария, активизации мозга и межполушарного взаимодействия)

5 Пальчиковая гимнастика. Способствует развитию психических функций (внимания, памяти, мышления и речи), а также подвижности и гибкости кистей рук.

6 Элементы ментальной арифметики.

7 Массаж. Самомассаж.

На занятии получается каждый раз выполнить по 6-8 кинезиологических упражнений в зависимости от поставленной задачи.

Третья часть - заключительная – прощание. Основная цель - создание у каждого ребенка чувства принадлежности к группе и закрепление положительных эмоций от работы на занятиях.

Важное условие- систематичность занятий. Выполнение упражнений желательно ежедневно. Так как психолог не может контролировать системность выполнения, на помощь приходят родители и воспитатели. Часто мы закрепляем упражнения на прогулке в произвольной, свободной форме.

Посмотрим видео

Перед проведением комплекса кинезиологических занятий с детьми проводится тестирование на определение доминирующего полушария головного мозга

Предлагаю выполнить 7 упражнений:

- «Замок», «Хлопки», «Наполеон» (Если сверху рука правая «Л», если левая —«П».)

- Нарисовать круг-Если линия идет против часовой стрелки «Л», по часовой «П».

- Присядьте, закинув ногу на ногу. Какая нога оказалась сверху? Если правая «Л», если левая —«П».

- Посмотрите на кончик карандаша и «прицельтесь». Закройте сначала один глаз, затем другой. При закрытии какого глаза изображение смещается сильнее? (Проба Розенбаха)

- Подмигнуть. Каким глазом вы подмигнули? Если правым — «Л», левым — «П».

У девочек до 7, у мальчиков до 8.5 лет доминирует правое (гуманитарное) полушарие, которое определяет склонность к творчеству, фантазии, литературе, музыке.

Дошкольники в основном правополушарные.

Перед проведением кинезиологических занятий проходит подготовительная процедура, которую мы называем «Ритмирование», она означает обретение

позитивности, активности, ясности и энергетичности сознания и тела в процессе обучения. Эта последовательность упражнений предназначена для эффективной подготовки к восприятию новой информации, которая обычно делается в начале учебного дня, для эффективной подготовки к восприятию учебного материала. Эти упражнения можно *выполнять перед любой деятельностью*, чтобы быть полностью вовлеченным в процесс. Сейчас актуально, например перед выступлением на новогодних утренниках (детям и воспитателям)

Ритмирование включает питье воды для энергетичного учения, «Кнопки Мозга», «Перекрестные шаги» и «Крюки».

36 слайд

Прежде, чем приступить к выполнению **кинезеологических упражнений**, нужно **попить воды**.

Ведь вода помогает **активизировать работу мозга**. стакан воды способен ускорить работу головного мозга на 14%. Пить нужно небольшими глотками. Вода — это универсальный растворитель, электролит, который помогает передавать по нервной системе электрические сигналы от различных частей тела к мозгу, чтобы их работа была согласованной.

37 слайд

Упражнение «КНОПКИ МОЗГА»

Такие движения обеспечивают приток обогащенной кислородом крови к клеткам головного мозга. Вследствие этого лучше воспринимается новая информация, снижается визуальное напряжение, становится больше энергии, быстрее находятся пути решения сложных вопросов. Параллельно улучшается одновременная работа глаз, что важно для быстрого и грамотного чтения и письма.

Для того, чтобы выполнить это упражнение, необходимо положить одну руку на пупок, а другой рукой стимулировать точки под ключицами между ребрами.

Рука на пупке позволяет сосредоточить внимание на центре тяжести тела. Здесь расположены мышцы, играющие важную роль в поддержании равновесия тела. Упражнение приводит в готовность вестибулярный аппарат, который активизирует мозг, подготавливая его к восприятию сенсорной информации.

Другая рука легко массирует углубления в зоне под ключицами, слева и справа от грудины. Это стимулирует приток крови через сонные артерии к мозгу. Сонные артерии - одни из первых артерий, отходящие от сердца. Их задача - нести свежую, обогащенную кислородом кровь в мозг.

38 слайд

Упражнение «ПЕРЕКРЕСТНЫЕ ШАГИ»

Перекрестные шаги - это перекрестно-латеральная ходьба на месте. Когда мы касаемся правым локтем левого колена, а затем левым локтем - правого колена, то

активируются одновременно обширные зоны обоих полушарий мозга. Перекрестные шаги - осознанная ходьба, которая способствует сбалансированной активизации нервов мозолистого тела.

39 слайд

«Перекрестные шаги» способствуют развитию координации и ориентации в пространстве, благодаря этим упражнениям одновременно активизируются обширные зоны обоих полушарий мозга. Мозг переключается в интегрированный режим работы, что помогает активизироваться для выполнения любой деятельности, быстрее в нее включиться. А еще снимают боль в пояснице и подтягивают мышцы живота.

40 слайд

Упражнение «КРЮКИ»

«Крюки Деннисона» Это упражнение актуально в ситуации, когда необходимо успокоиться и принять правильное решение, а также в состоянии возбуждения или подавленности.

Упражнение призвано гармонизировать эмоции и процессы мышления, упражнение направлено на сознательную и сбалансированную активизацию моторных и сенсорных центров каждого полушария.

Также оно способствует наиболее эффективному учению и реагированию на происходящее, способствует снижению выброса адреналина, что помогает успокоиться и сознательно переключить внимание.

41 слайд

Находясь в этом положении, прижмите язык к твердому небу за верхними зубами. Это действие возбуждает средний мозг, который находится прямо на твердом небом, а также помогает избавиться от напряжения в языке вызванного несбалансированной позой.

42 слайд

Рассмотрим основные методы образовательной кинезиологии, которые непосредственно применяются на занятиях.

1 метод- Растяжки

Когда мышцы растягиваются и принимают естественное состояние и длину, они посылают в мозг сигнал о том, что человек находится в спокойном, расслабленном состоянии и готов к познавательной работе.

Также детям, которые нарушают правила поведения, имеющим сложности в общении, рекомендуются **упражнения**, растягивающие мышцы тела. Они способствуют более гибкому поведению и налаживанию коммуникации.

Растяжки нормализуют гипертонус (неконтролируемое чрезмерное мышечное напряжение) и гипотонус (неконтролируемая мышечная вялость) мышц. Оптимизация тонуса является одной из самых важных задач нейропсихологической

коррекции. Наличие гипотонуса обычно связано со снижением психической и двигательной активности ребенка, с высоким порогом и длительным латентным периодом возникновения всех рефлекторных и произвольных реакций. Гипотонус сочетается с замедленной переключаемостью нервных процессов, эмоциональной вялостью, низкой мотивацией и слабостью волевых усилий. Гипертонус, как правило, проявляется в двигательном беспокойстве, эмоциональной лабильности, нарушении сна. У детей с гипертонусом ослаблено произвольное внимание, нарушены двигательные и психические реакции. Такие дети с трудом расслабляются. Именно поэтому в самом начале занятий ребенку необходимо дать почувствовать его собственный тонус и показать варианты работы с ним на самых наглядных и простых примерах, одновременно обучая возможным приемам релаксации.

Упражнения: “Сорви яблоки”-43 слайд

«Тряпичная кукла и солдат»- 44 слайд

«Струночка», «Лодочка»- 45 слайд

«Активизация рук»- 46 слайд

«Помпа»- 47 слайд

Стресс может вызвать напряжение и укорочение икроножной и камбаловидной мышц. **Упражнение** направлено на их растяжение и расслабление зажимов. Оно связано с вербальными навыками и сильно облегчает коммуникацию детей с дефектом речи, способствует развитию речи и языковых способностей, понимающего слушания, чтения, формирует навыки достижения результата, способность завершать начатое, улучшает социальное поведение.

«Сова» 48 слайд

Помогает расслабить мышцы шеи, спины, снять напряжение, возникшее при длительном напряжении в статичной позе, например при длительном письме. Благодаря этому восстанавливается кровообращение, нормализуется приток крови к головному мозгу. Это активизирует навыки внимания, памяти, чтения. С помощью «уханья» освобождаются челюстные зажимы, что способствует совершенствованию навыков внутренней речи, мышлению, и как следствие, более плавной и связной речи. Можно выполнять сидя и стоя.

49 слайд видео

50 слайд

2 метод. Телесные упражнения (упражнения на движение тела)

При выполнении телесных упражнений развивается межполушарное взаимодействие, снимаются синкинезии (непроизвольные, непреднамеренные движения) и мышечные зажимы. Происходит «чувствование» своего тела, что способствует обогащению и дифференциации сенсорной информации. Известно, что центром моторной координации является лобная доля мозга, отвечающая также за внутреннюю речь, произвольность и контроль.

На двигательной активности построены все нейропсихологические коррекционно-развивающие и формирующие программы.

Следует помнить, что неподвижный ребенок не обучается!

51 слайд

Упражнения: «Капитан молодец»,

52 слайд

«Ухо-нос» (Улучшает мыслительную деятельность, повышает стрессоустойчивость, способствует самоконтролю, произвольности деятельности);

53 слайд

«Автогонки»,

54 слайд

«Колечки» Помогает развивать функцию самоконтроля, Улучшает концентрацию внимания, Развивает межполушарные связи ;

55 слайд

«Кулак-ребро-ладонь»

- ✓ Улучшает мыслительную деятельность
- ✓ Синхронизирует работу полушарий
- ✓ Способствует запоминанию
- ✓ Повышает устойчивость внимания
- ✓ Активизирует процессы чтения и письма

«Кулак-ладонь»- 56 слайд,

«Фонарики», «Победитель», «Рожки-ножки», «Змейка» (Скрестить руки ладонями друг к другу, сцепить пальцы в замок, вывернуть руки к себе. Двигать пальцами, которые укажет педагог.) «Зеркальное рисование» и т. д. (57 по 72 слайд фото упр.)

73 слайд

3 метод. Глазодвигательные упражнения позволяют расширить поле зрения, улучшить восприятие. Они способствуют активизации зрительных отделов мозга, зрительного внимания, их можно эффективно использовать перед письменными заданиями.

Однонаправленные и разнонаправленные движения глаз и языка развивают межполушарное взаимодействие и повышают энергетизацию организма.

74 слайд

Известно, что движения глаз активизируют процесс обучения. Дело в том, что многие черепные нервы, идущие от продолговатого мозга, включая тройничные, лицевой, отводящие, глазодвигательный и блоковый, соединяются с глазом. Они активизируют движение глазного яблока во всех направлениях, сокращают или расслабляют мышцы зрачка, чтобы регулировать колебания сетчатки, и изменяют форму хрусталика для того, чтобы видеть вблизи и вдали. Глаза находятся в постоянном движении, собирают сенсорную информацию и строят сложные схемы образов, необходимые для обучения. Мозг объединяет эти образы с другой сенсорной информацией для построения визуальной системы восприятия. Трехмерное визуальное восприятие является необходимым условием успешного обучения. Большая часть двигательной (моторной) коры больших полушарий участвует в мышечных движениях гортани, языка, рта, челюсти и глаз.

75 слайд

«ЛЕНИВЫЕ ВОСЬМЕРКИ» ДЛЯ ГЛАЗ

Эти упражнения помогут снять усталость глаз, напряжение шеи, боль в спине после работы за компьютером или вождения машины, поэтому родителям полезны не меньше, чем детям. («Ленивые восьмерки» заключаются в слежении глазами за движущимся большим пальцем, описывающим «8-ку» (как знак бесконечности) в горизонтальном поле видения. Чтобы проделать это, выставьте руку вперед, поднимите большой палец на уровне переносицы в переднем зрительном поле, примерно на расстоянии локтя и начните движение по форме «Восьмерки». Движения должны быть медленными и осознанными для достижения максимальной мышечной концентрации. Держите голову прямо и расслабленно. Следите при этом за движением большого пальца только глазами. Большой палец начинает движение от центра зрительного поля и идет вверх по краю поля видения, далее следует против часовой стрелки вниз и возвращается в центр. Затем аналогично по часовой стрелке - вправо и вверх, и обратно в центр. Движение необходимо повторить как минимум по три раза каждой рукой, плавными и непрерывными движениями. После этого сцепите руки в замок: большие пальцы направлены вверх и образуют перекрестие («Х»). Сосредоточившись на центре перекрестия, проделайте «Ленивую Восьмерку», теперь уже двумя сцепленными руками.)

77 слайд

4 метод. Дыхательные упражнения.

Улучшают ритмику организма, развивают самоконтроль и произвольность.

Нарушения ритмов организма (электрическая активность мозга, дыхание, сердцебиение, пульсация сосудов и т.д.) могут привести к нарушению психического развития ребенка. Умение произвольно контролировать дыхание развивает самоконтроль над поведением.

Правильное дыхание оптимизирует газообмен и кровообращение, вентиляцию всех участков легких, способствует общему оздоровлению и улучшению самочувствия. Оно успокаивает и способствует концентрации внимания.

78 слайд

- “Ныряльщик”

79 слайд

- “Губы трубкой” «Чтобы правильно дышать, Нужно воздух нам глотать».

80 слайд видео

81 слайд

5 метод. Массаж и самомассаж

Особенно эффективным является массаж пальцев рук и ушных раковин. Специалисты насчитывают 148 точек, расположенных на ушной раковине, которые соответствуют различным частям тела. Точки на верхушке уха соответствуют ногам, а на мочке — голове.

Прикосновение к ребенку сразу же после рождения стимулирует рост чувствительных нервных окончаний на теле, они включаются в движение, пространственную ориентацию и визуальное восприятие. Если нервные окончания не активизируются, то это ведет к задержке развития мышц, к снижению восприятия информации, дефектам в развитии эмоциональной сферы и трудностям в обучении.

82 слайд

Кинезиологический массаж оказывает общеукрепляющее действие на мышечную систему, повышает тонус, эластичность и сократительную способность мышц. **Упражнения** улучшают внимание и память, формируют пространственные представления, гармонизируют работу головного мозга.

83 слайд

Упражнение «Думающий колпак» активизирует весь механизм слухового восприятия и способствует развитию памяти. **Связь между слухом в височной доле и памятью в лимбической системе очень сильна.** Простое действие физического стимулирования тактильных рецепторов наружного уха пробуждает весь механизм слухового восприятия.

Эти движения обостряют слух, помогают работе кратковременной памяти, повышают умственные и физические способности. Кстати, они отлично улучшают равновесие. Можно выполнять стоя и сидя. (Для того, чтобы сделать это упражнение, надо оттягивать ушные раковины, слегка выворачивая их и продвигаясь сверху вниз, несколько раз)

84 слайд

«Точки уверенности в себе»

С помощью упражнения дети активнее усваивают новую информацию, у них улучшается память. Кроме того, оно помогает справиться со стрессом, быстрее найти выход из проблемной ситуации, ослабить эмоциональный накал.

(Положите средний и указательный пальцы обеих рук на точки, находящиеся на лбу посередине между линией бровей и волос. Вертикальная ось точек – посередине зрачка. Подержите пальцы на этих точках до возникновения под ними тепла или пульсации. При этом можно представлять позитивное разрешение проблемной ситуации.)

«Кнопки земли»- 85 слайд

«Кнопки космоса»- 86 слайд

«Кнопки баланса»- 87 слайд и 88 слайд

«ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЗЕВОТА» - 89 слайд

Когда мы находимся в состоянии стресса, наша челюсть часто сжимается, и передача нервных импульсов через эту область снижается. Энергетическая зевота расслабляет все лицо и поэтому поступление сенсорной информации происходит более эффективно. Она также способствует более эффективной коммуникации и ясному звучанию.

Из-за стресса дети также могут плохо слышать. **Напряжение в челюстно-височном суставе может мешать им разговаривать, что также отражается на мышлении.** Энергетическая зевота оказывает на таких детей потрясающее действие. **Благодаря расслаблению мышц и облегчению функционирования нервов челюстно-височного сустава, улучшаются все связанные с ними функции глаз, лицевых мышц и рта.**

Это упражнение улучшает навыки устного чтения, творческого письма, выразительной речи, помогает при выступлениях – а впереди как раз новогодние праздники и, наверняка, участие в представлениях.

За счет ослабления напряжения мышц лица упражнение способствует улучшению зрительного внимания и восприятия, помогает в общении, стимулирует творческие процессы, развивает способность отбирать нужную информацию. Рекомендуем энергетически зевать в те моменты, когда вы начинаете сердиться и сжимать зубы. (Займите удобную позицию стоя или сидя. Положите ладони на

щеки. Откройте и закройте рот, чтобы почувствовать под руками точки соединения верхней и нижней челюстей. Переместите пальцы на эти точки. Представьте, что вы зеваете: широко откройте рот и на высоте «зевка» массируйте пальцами найденные точки. При этом попробуйте произносить расслабляющий длинный звук «ва-а-а-а-у-у-у». Повторите упражнение 3–6 раз. При правильном выполнении упражнения вы непременно зевнете по-настоящему!)

90 слайд

Следующий метод, **Ментальная арифметика** – это программа гармоничного развития умственных способностей и творческого потенциала с помощью выполнения действий (вычислений) на счетах Абакус. Целью курса является тренировка мозга для максимальной скорости восприятия и обработки любой информации. При этом происходит гармоничное развитие двух полушарий головного мозга.

Счет на абакусе и ментальный счет на воображаемом абакусе также развивает межполушарное взаимодействие, так как содержит элементы психомоторики.

Американский ученый Тошио Хаваша в своих исследованиях выявил высокую активацию правого полушария при обучении ментальной арифметике. То есть эффективность методики ментального счета на абакусе обуславливается следующими факторами: – Визуализация — умение мысленно рисовать образ. – Концентрация внимания и скорость реакции на задачу. – Уверенность в себе, высокая самооценка.

91 слайд

Обучение детей ментальной арифметике включает в себя два этапа, сначала осваивается техника счета непосредственно на абакусе, затем идет переход к счету на воображаемом абакусе. На каждом занятии эти две техники чередуются, постепенно ослабляя привязку к абакусу, чтобы активнее задействовать воображение. В данном процессе за восприятие чисел отвечает левое полушарие, а за визуализацию косточек — правое. Визуализируя абакус, ребенок выполняет на нем необходимые действия с косточками, при этом процесс подкрепляется механическими движениями пальцев обеих рук в воздухе, как будто на невидимом абакусе, что позволяет развивать координацию и психомоторику.

Параллельное развитие левого и правого полушарий головного мозга при работе на абакусе: ребенок визуализирует числа образами косточек (активно правое полушарие) и делает логические расчеты (активно левое полушарие).

92 слайд

Получение навыков арифметического счета не является целью методики, это лишь форма тренировки определенных способностей мозга, влияющих на развитие творческого и интеллектуального потенциала: концентрация внимания, объем памяти, образное мышление, воображение, наблюдательность, умение анализировать и обобщать. Также в процессе занятий ментальной арифметикой развиваются эмоционально-волевые качества: самостоятельность, настойчивость в

достижении результата, произвольная регуляция поведения, уверенность в себе. В процессе обучения ребенок почти всегда переживает ситуацию успеха, получая положительное подкрепление своих стараний, в итоге у него развивается мотивация и доверие педагогу и, соответственно, высокая самооценка и смелость познавать новое, не боясь ошибиться.

93 слайд

Профессор Стенфордского университета Майкл Франк проводил свое исследование в Индии. Сутью исследования было дать задание для выполнения арифметических действий и в процессе вычислений мешать различными звуками, песнями, шумами. Те испытуемые, которые владели навыками ментальной арифметики показали лучшие результаты и оказались менее восприимчивы к отвлекающим факторам, чем те, которые не владели навыками ментального счета. Исследователь пришел к выводу, что ментальные счета не оперируют лингвистической системой, в большей степени основываясь на визуальном опыте, способности представлять несколько групп объектов параллельно для создания визуальных представлений. Сама конструкция абакуса облегчает процесс визуализации.

Сью Ротенберг проводил экспериментальные исследования и неврологические тестирования, которые показали, что в процессе ментального счета на воображаемом абакусе задействуется наибольшее количество клеток мозга, что способствует развитию связей между правым и левым полушариями.

Подобные исследования проводили в Судане с детьми 7–11 лет Омар Халифа, Пол Ирвинг и Алия Хамаза

В 2008 году. Результаты показали положительную динамику развития памяти, мышления, внимания, а также рост показателей интеллекта у детей.

Проведенные исследования с китайскими детьми 10 лет показали, что длительное обучение ментальному счету на абакусе положительно влияет на активность мозга и улучшает функциональную интеграцию у детей. Увеличивается быстрота реакции и ответов детей, они эффективнее обрабатывают задачи, пространственно-образное мышление позволяет снизить время реакции на задания, повышается способность концентрировать внимание за счет улучшения функциональной связи мозга между лобной и теменной областями. К таким же выводам пришел японский ученый Кимико Кавано, только он проводил исследование со студентами.

93 и 94 слайд видео

95 слайд

Завершающий этап, Упражнения для релаксации способствуют расслаблению, снятию напряжения.

Упражнение “Ковер-самолет”

Упражнение «Шалтай — Болтай».

Цель: напряжение и расслабление мышц рук.

В начале и конце года проводится диагностика детей на развитие познавательных процессов и межполушарного взаимодействия.

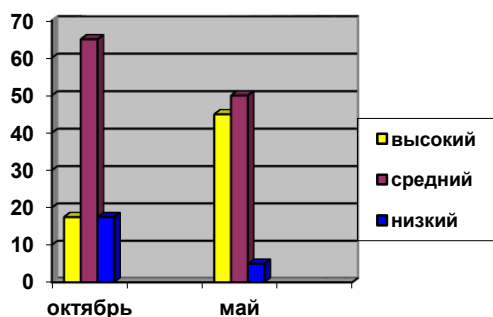
После диагностики получились такие показатели

Результаты диагностики детей подготовительной группы

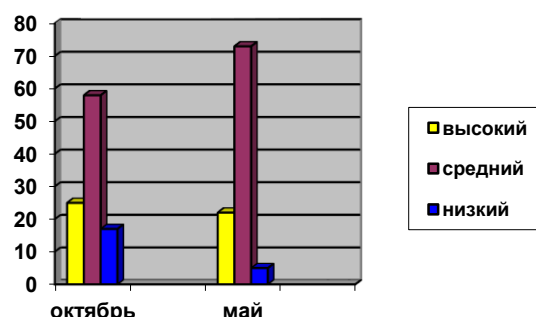
Уровни развития	межполушарное взаимодействие		познавательные процессы	
	Начало года (40 воспит.)	Конец года (41 воспит.)	Начало года (40 воспит.)	Конец года (41 воспит.)
Высокий	7 (17.5%)	19 (45%)	10 (25%)	9 (22%)
Средний	26 (65%)	20 (50%)	23 (57.5%)	30 (73%)
Низкий	7 (17.5%)	2 (5%)	7 (17.5%)	2 (5%)

Анализируя данные диагностики, можно сделать вывод о том, что воспитанники продемонстрировали хороший уровень умственного развития, достигнуты стабильные средние и высокие показатели в конце года, благодаря применению кинезиологических упражнений.

Пробы Озерецкого
процессов



Развитие познавательных



Развивающий эффект данных занятий проявился прежде всего в интересе детей к разным видам упражнений, которые со временем перерастают в познавательный мотив деятельности детей. Дети становятся более активными и уверенными в своих силах и возможностях и на других занятиях. К концу года улучшаются графические навыки и зрительно-моторные координации детей, формируется произвольность, улучшаются процессы памяти и мышления. Эти занятия помогают в дошкольной подготовке с детьми подготовительной группой.

В результате контрольных срезов стала наблюдаться положительная динамика по развитию познавательных процессов. Для этого использовалась методика Павлова, Руденко и Стребелевой (методика экспресс диагностики).

Дети научились проявлять себя естественно, не стесняясь выразить свои чувства, мысли и эмоции. В процессе воспитания и общения со взрослыми одновременно приобрели способность к творческому самовыражению.

Движения детей уже носят произвольный и направляющий характер. Они самостоятельно различают виды движений, умеют выделять их отдельные

элементы, пытаются обсуждать результаты своих действий. У многих проявляется интерес к результатам выполнения задания, они прилагают волевые усилия для преодоления трудностей. И активизируется познавательная активность, стремление действовать. Дети проявляют инициативу в выборе упражнений, игр, пособий, а также повышенную эмоциональность в процессе выполнения кинезиологических упражнений.

98 слайд

Применявшаяся система занятий оказала положительное влияние на уровень развития интеллекта у детей. Родители делятся впечатлениями от того, что, применяя кинезиологические упражнения, дети стали усидчивее, внимательнее, могли легче преодолеть стрессовые ситуации, исчез страх перед различными действиями и предстоящей учебой в школе у тревожных детей. Применяя кинезиологические упражнения для развития интеллекта, родители свидетельствуют, что это не просто реальный способ помочь ребенку лучше учиться в будущем, но и путь развития его личности, раскрытия ее возможностей в различных сферах человеческой деятельности.

Предложенная форма работы представляет большой простор творчеству педагога и может использоваться во всех возрастных группах детского сада, при необходимости изменяться, дополняться в зависимости от желания педагога и возможностей ребенка. Эта методика призвана оказать помощь педагогам в их творческой работе, в выборе возможных путей для достижения целей и задач в воспитании и образовании детей с разным уровнем обучаемости.

99 слайд по 109

Используемые материалы