Тема: «Использование кинезиологических игр и упражнений в работе с детьми старшего дошкольного возраста»

Актуальность темы данного исследования обуславливается тем, что использование кинезиологических игр и упражнений в работе с детьми старшего возраста является важным для поддержания познавательной активности детей данного возраста, развития их мыслительных процессов, укрепления психофизического здоровья дошкольников.

Современный мир стремительно меняется: запросы общества таковы, что ребенок должен быть готов к восприятию огромного объема информации, должен в нем ориентироваться, постараться стать успешным. Поэтому необходимыми становятся не сами знания, а умение обучаться, развивать личность посредством формирования универсальных учебных действий. В последнее время отмечается увеличение количества детей, имеющих затруднения в обучении, различные нарушения в организме, трудности в адаптации. Для преодоления нарушений имеющихся у них требуется проведение комплексной психологической и коррекционной работы. Кроме того, в системе дошкольного образования можно наблюдать значительные преобразования, которые вызваны изменением материальной, научной, методической базы воспитания и обучения дошкольников. Одним из основных условий обновления выступает использование своременных информационных технологий. Это, с одной стороны дает возможность повысить результативность образовательного процесса, с другой стороны – применить индивидуальный подход в процессе воспитания и обучения.

Одно из актуальных направлений внедрения инновационных технологий в коррекционный процесс это использование кинезиологии. Она дает возможность привнести восстановление продуктивности и работоспособности в образовательную деятельность .

Слово кинезиология происходит от греческого слова «кинезис», что значит движение, и «логос», что значит наука, то есть наука о движении, а если точнее, кинезиология – это наука о развитии физического здоровья и умственных способностей через движение. Кинезиология существует порядка 2 тысяч лет и используется по всему миру. Кинезиологическими упражнениями пользовались Гиппократ и Аристотель.

Одним из результатов работы ученых в данной сфере является разработка развивающих программ, в которые входят комплексы упражнений, которые стимулируют активность головного мозга, это дает ребенку возможность дольше удерживать внимание, сосредотачиваться, наблюдать за явлениями и предметами и делать из увиденного выводы.

Итак, кинезиология – это наука о развитии физического здоровья и умственных способностей через определенные двигательные упражнения. Кинезиология нацелена на то, чтобы развить связи между левым и правым полушарием, а также добиться их гармоничного развития у ребенка. Следовательно, развивающая работа на основании методов кинезиологии направлена от движения к здоровью и мышлению, а не наоборот.

Правое полушарие головного мозга по исследованиям физиологов – гуманитарное, творческое, образное – оно отвечает за тело, координацию движений, пространственное зрительное и кинестетическое восприятие. Левое полушарие головного мозга – знаковое, математическое, речевое, аналитическое, логическое – оно отвечает за восприятие слуховой информации, построений программ и постановку целей.

Единство мозга формируется из деятельности его двух полушарий, которые тесно связаны между собой системой нервных волокон. По мнению кинезиологов и нейрофизиологов развитие межполушарного взаимодействия это основа развития интеллекта.

Таким образом, интегрированное межполушарное взаимодействие это основа развития интеллекта, оно служит для передачи информации между полушариями. Поэтому при активизации левого полушария правое быстрее вовлекается в работу.

Дифференцированное обучение с учетом функциональной асимметрии полушарий головного мозга ребенка – это одно из наиболее сложных, однако, но эффективных способов обучения. Он более продуктивен, нежели поиск совершенных методов, потому как ни один метод сразу для всех детей не подходит.

Основное развитие межполушарных связей у девочек формируется до 7- лет, а у мальчиков до 8-ми – 8,5 лет. Совершенствование мыслительных и интеллектуальных процессов следует начинать с развития движений тела и пальцев. Развивающая работа должна быть нацелена от движений к мышлению, а не наоборот. Для успешного развития и обучения ребенка в школе одним из главных условий является полноценное развитие в дошкольном детстве мозолистого тела. Мозолистое тело можно развить через кинезиологические упражнения.

Специальные кинезиологические упражнения дают возможность создать новые нейронные связи, а также улучшить работу головного мозга, отвечающего за развитие психических процессов, в том числе интеллекта и речи.

Понятие методы кинезиологии обширно. В рамках дошкольной педагогики можно выделить такие методы как: кинезиологические упражнения, кинезиологические игры, а также кинезиологические сказки.

Под кинезиологическими упражнениями понимают комплекс движений, который позволяет создать новые нейронные сети, а также активизировать межполушарное взаимодействие.

Главная цель кинезиологиологических упражнений заключается в развитии межполушарного взаимодействия, которое способствует активизации мыслительной деятельности.

Упражнения для развития мелкой моторики влияют на активные точки, связанные с корой головного мозга, и косвенно воздействуют на общее интеллектуальное развитие ребенка, готовят руку ребенка к овладению навыками письма.

Глазодвигательные упражнения дают возможность расширить поле зрения и улучшить восприятие. Разнонаправленные и однонаправленные движения глаз и языка развивают межполушарное взаимодействие, а также повышают энергетизацию организма.

Телесные кинезиологические упражнения «оживляют» и оптимизируют образовательный процесс. Понижают утомляемость, заболеваемость детей, повышают работоспособность и стрессоустойчивость организма, совершенствуют механизмы адаптации детского организма к внешней среде, и делают жизнь ребенка более безопасной благодаря таким качествам, как ловкость, гибкость, сила, постепенно приучают его выдерживать нагрузки, проявлять волю, способны помочь ребенку справляться со стрессовыми ситуациями и постоять за себя в непростых жизненных ситуациях. В результате повышается уровень эмоционального благополучия ребенка.

Кинезиологические игры прививают ребенку интерес к выполнению упражнений, с помощью игры он учится коммуникабельности, учится проявлять собственные способности, начинает стремиться к успеху.

Включение сказки в кинезиологию дает возможность заинтересовать детей, поддерживает их интерес к упражнениям. Из разученных упражнений формируется целая история (сказка) и эффективность увеличится в разы .

Воспитанники подготовительных к школе групп детского сада с удовольствием занимаются кинезиологическими упражнениями, им интересно научиться таким движениям, которые выполняют даже космонавты во время подготовки к полетам. Кроме того, дети, выполняя упражнения, знают, что данные упражнения помогают им лучше думать, лучше запоминать, быть внимательными. Да и игровой момент развития интеллекта дает больше пользы, нежели наскучившие методы развития ребенка, тем или иным умениям и навыкам.

Таким образом, кинезиология является перспективным научным направлением, которое синтезирует в себе методы и знания многих отраслей наук, таких как педагогика, медицина, психология, специальная и коррекционная педагогика, логопедия и другие.

В данной сфере разработаны комплексные упражнения, позволяющие развивать у ребенка как правое, так и левое полушарие, а это в свою очередь способствует:

1) улучшению памяти, речи и внимания;

2) уменьшению утомляемости;

3) повышению способности к произвольному контролю;

4) повышению работоспособности;

5) активизации познавательных и интеллектуальных процессов.

В организме под воздействием кинезиологических тренировок происходят благоприятные структурные изменения. При этом, чем нагрузка интенсивнее (но оптимальна для существующих условий), тем эти изменения значительнее. Сила, подвижность, равновесие, пластичность нервных процессов осуществляется на более высоком уровне. Развивается координирующая и регулирующая роль нервной системы. Эти методики дают возможность выявить скрытые способности дошкольники, а также расширить границы возможностей деятельности мозга.

 Примеры **кинезиологических упражнений:**

Эти упражнения улучшают внимание и память, формируют пространственные представления. Занятия, направлены на преодоление патологических синкинезий, устраняют дезадаптацию в процессе обучения, гармонизуют работу головного мозга.

* Рубим капусту. Постучать по столу расслабленной кистью правой, а затем левой руки.
* Домик. Соединить кончики пальцев вытянутых рук и с усилием сжимать их друг с другом. Потом отработать эти движения для каждой пары пальцев отдельно.
* Барабан. Постучать каждым пальцем правой руки по столу под счет: 1,1-2, 1-2-3 и т.д. Затем тоже сделать левой рукой.
* Столбики. Раскатывать на доске небольшой комочек пластилина по очереди каждым пальцем правой и левой рук.
* Циркачи. Вращать карандаш между большим, указательным и средним пальцами одной и другой руки.
* Лучики. Сидя, согнуть руки в локтях, сжимать и разжимать пальцы обеих рук постепенно ускоряя темп до максимальной усталости. Затем расслабить руки.
* Маятник. Свободные перемещения глаз из стороны в сторону.
* Поглаживание лица. Приложить ладони ко лбу. Сделать выдох и провести ими с легким движением вниз до подбородка. На вдохе провести руками со лба через темя на затылок и шею.
* Кисточки. Вытянуть руки перед собой, сгибать кисти вверх и вниз (4-6 раз), потом вращать обеими кистями по часовой и против часовой стрелки сначала в одном направлении, затем в разных направлениях (4 раза), сводить и разводить пальцы обеих рук (4-6 раз). Движения рук сопровождаются широким открыванием и закрыванием рта.
* Да – нет. Делать медленные наклоны головы к плечам, затем кивать головой вперед - назад. Потом сделать по одному круговому движению головой по часовой и против часовой стрелки по 1 разу. Весь цикл повторить по 4 раза.
* Плечики. Поднимать плечи вверх – вниз, вперед – назад, затем тоже сделать каждым плечом отдельно. Повторить 4 раза.