

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования
«Центр детского творчества «Глобус»
городского округа город Уфа Республики Башкортостан

Доклад
«Использование приёмов кинезиологии
в образовательном процессе творческих объединений»

Конькова С. А.,
учитель - логопед высшей
квалификационной категории

Уфа-2022 г.

«Мозг, хорошо устроенный, стоит больше,
чем мозг хорошо наполненный»
Мишель де Монтень
(французский писатель и философ)

Современный мир не требует от детей больших усилий. Ребенок с детства попадает в «удобную» среду, адаптированную под ребенка, а не наоборот (шнурки, пуговицы, застёжки на сандаликах). Поэтому моторные навыки ослабляются.

Известно, что на первых этапах развития психика и моторика находятся в неразрывном единстве.

Психическое развитие ребенка происходит при условии высокой двигательной активности. Моторика, мышление, психика и речь - взаимосвязанные процессы. Отсутствие или небольшое количество физической нагрузки (планшеты, телефоны) тормозит мыслительные процессы, снижает концентрацию внимания, координационные способности, выносливость, возникают проблемы с речью.

Постоянно растущее число детей с нарушениями в физическом и психологическом развитии ставит перед педагогами задачу поиска эффективных форм и приемов коррекции и профилактики этих нарушений.

В настоящее время очень актуален вопрос о внедрении здоровьесберегающих технологий в педагогический процесс. Об одной из них мы и поговорим.

Кинезеология – наука о развитии умственных способностей через специально организованные двигательные упражнения. То есть, осуществляет развитие по принципу - от движения к интеллекту.

Движение – это естественная биологическая потребность детей.

Наш мозг состоит из двух полушарий, каждое из которых выполняет свои функции, отвечая за протекание определенных процессов (левое – логическое, правое – творческое). Мозг гармонично и продуктивно работает, если задействованы оба полушария.

Кинезеология – призвана гармонизировать работу мозга, активизируя оба полушария

Суть кинезеологических упражнений в том, что различного рода движения стимулируют зоны мозга. Основной принцип – одновременная синхронная работа или перекрестные движения обеих рук или ног. Именно такие упражнения развивают согласованную работу двух полушарий. Если задействовать еще разные типы восприятия одновременно (зрение, слух, движение, речь), то это позволяет наращивать максимальное количество нервных связей и усилить эффективность.

Кинезеологические занятия дают как немедленный, так и кумулятивный (накапливающийся) эффект для повышения умственной работоспособности и оптимизации интеллектуальных процессов. Занятия должны проводиться в эмоционально комфортной, доброжелательной обстановке, если есть возможность – под спокойную музыку. Упражнения можно выполнять как отдельный комплекс, или включать в во фронтальную непосредственную деятельность в виде динамических пауз, физкультминуток.

Упражнения на координацию сначала выполняются в медленном темпе, потом темп можно ускорить, тем самым усложняя. Усложнениями могут быть не только увеличение скорости, но и выполнение с исключением речевого и зрительного контакта.

Упражнения развивают и закрепляют:

- зрительно-пространственную координацию и пространственно-графическую ориентацию;
- навык зрительного восприятия при дифференцировании различных элементов; синхронизацию работы глаз - рука;

- графо-моторные навыки.

Упражнения помогают:

- настроить оба полушария на согласованную работу;
- снять психоэмоциональное напряжение и утомление;
- повысить сосредоточенность и улучшить память, внимание, речь;
- развить мелкую моторику рук;
- лучше усваивать учебный материал;
- улучшить зрительное и пространственное восприятие;
- раскрыть творческие и интеллектуальные способности.

КИНЕЗЕОЛОГИЯ включает:

- дыхательные упражнения
- глазодвигательные упражнения
- пальчиковую гимнастику, массаж и самомассаж пальчиков
- упражнения с тренажерами и нейромоторные
 - двуручное рисование
 - нейропрописи
 - нейротренажеры
- телесные упражнения, на координацию и развитие двигательных навыков

Уважаемые коллеги, представленный материал можно применять на занятиях в творческих объединениях в виде физминуток, использовать, как организационный момент, как элемент снятия излишнего возбуждения во время занятия.

Спасибо за внимание. Творческих Вам успехов!