**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ КИНЕЗИОЛОГИИ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В УСЛОВИЯХ ДОУ**

**(**сообщение на методическое объединение для воспитателей ДОУ)

23.11.2020

Подготовила : педагог-психолог

МБДОУ № 866, канд.психол.наук:

 Кулаковская В.И

Мытищи-2020

Добрый день, уважаемые коллеги.

Название моего выступления полностью повторяет тему нашего методобъединения, и это, действительно, так, поскольку я буду говорить об обобщении некоторого опыта, накопленного педагогическим коллективом нашего дошкольного учреждения.

Небольшое отступление. Двадцать с лишним лет назад, когда я начала работать психологом в нашем дошкольном учреждении, я где-то приобрела маленькую, тоненькую книжечку американского автора, педагога Пола Деннисона «Гимнастика Ума», которая мне показалась занятной и необычной.

Оказывается, в **80-е годы** прошлого столетия Полом **Деннисоном** была разработана так называемая программа «Нейрогимнастики» -«Гимнастика мозга», которая объединила работы исследователей из области нейропсихологии, нейрофизиологии, прикладной кинезиологии, психологии психотерапии и педагогики, и даже офтальмологии. К тому же материал был дополнен **танцевальными движениями, элементами восточных практик**. Я даже провела семинар-практикум по знакомству с интересным новым методом для воспитателей, так что знакомство нашего коллектива с феноменом «Образовательная «кинезиология» насчитывает, можно сказать, не один десяток лет.

Поэтому сегодня, наверное, уже почти не осталось педагогов, которые не знакомы с понятием **«кинезиология»** и его содержательными характеристиками. Мы ни в коем случае не предлагаем наши «открытия» как инновационные, однако , надеемся некоторыми из них можно пополнить индивидуальную копилку педагогических идей.

Однако, вернемся к понятию «**кинезиология**» и уточним его.

Итак, **«Кинезиология**, буквально изучение движений тела, – это целостный подход к балансированию движения и взаимодействий человеческих энергетических систем.

**.Образовательная кинезиология** – это специально организованная система движений, оптимизирующих деятельность мозга и тела для гармоничного развития и самореализации личности. Сейчас мы уже образовательную кинезиологию рассматриваем как некий метод, технологию работы, являющимся важным направлением в системе образования.

**Образовательная кинезиология**, что нас и интересует, в основном применяется в педагогических целях для улучшения обучения, в частности **чтения, письма, математики, запоминания** и пр. Сегодня образовательная кинезиология применяется в более чем **80** странах как методика, поддерживающая процессы обучения. Имеет широкое практическое применение в:

-**детских садах;**

**-школах;**

**-высших учебных заведениях;**

**- в образовательных центрах для детей с проблемами в обучении и поведении;**

**-в работе с детьми с ОВЗ**

**- с одаренными детьми**

Метод оказывает помощь, как детям, так и взрослым, в ситуациях, требующих ясного мышления или связанных с проблемными областями.

В основу методики легли современные знания **о строении и функционировании головного мозга, о связи работы мозга и движений тела**.

Как известно, мозг человека состоит из **двух полушарий**. По исследованиям физиологов правое полушарие головного мозга – **гуманитарное, образное, творческое** – отвечает за **тело, координацию движений, пространственное и кинестетическое восприятие.(восприятие мира через рецепторы расположенные на теле человека**)
Левое полушарие головного мозга – **математическое**, **знаковое, речевое, логическое, аналитическое,** оно отвечает за **восприятие – слуховой информации, постановку целей и построений программ.**Работа мозга складывается из деятельности двух полушарий, связанных между собой **системой нервных волокон**. Эта система волокон и называется мозолистое тело. Мозолистое тело необходимо для координации роботы головного мозга и передачи информации из одного полушария головного мозга. в другое.  Еще в 1960-ые годы перекрестные движения использовались для помощи детям с мозговыми нарушениями. Перекрестные движения вынуждают правое и левое полушарие работать одновременно. Когда они функционируют вместе, то взаимодействие между ними, осуществляемое через мозолистое тело – своеобразный мост между правым и левым полушариями, улучшается.
 **Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психологического здоровья**. До 7 лет человек проходит огромный путь развития неповторяемый на протяжении последующей жизни. Среди множества факторов, оказывающих влияние на рост, развитие и состояние здоровья ребёнка, двигательной активности принадлежит едва ли не основная роль. От степени развития естественной потребности ребенка в движении во многом зависят развитие двигательных навыков, памяти, восприятия, эмоции, мышления. Поэтому очень важно обогащать двигательный опыт ребёнка, который составляет его двигательный статус. Самый благоприятный период для интеллектуального развития – это возраст до 10 лет, когда кора больших  полушарий еще окончательно не сформирована.

**Развитие межполушарного взаимодействия является основой  интеллектуального развития ребенка.** Если нарушается работа межполушарных связей то это ведет к нарушению **пространственных ориентаций, страдает адекватное эмоциональное реагирование и координация работы зрительного и аудиального восприятия**. Ребенок в таком состоянии плохо воспринимает информацию на **слух или глазами**.
Именно упражнения по кинезиологии позволяют активизировать межполушарное воздействие, синхронизировать работу обоих полушарий головного мозга, формирует новые нейронные связи между полушариями головного мозга.

Образовательная кинезиология направлена на:

- налаживание связей между полушариями головного мозга и отдельными зонами и участками;

- оживление функций мозга и формирование новых нейронных связей, (создание условий для его созревания);

-улучшение энергетического обмена в мозге;

- повышение тонуса организма;

- нтеграцию между телом, мозгом и сенсорными органами;

- создание эмоционального баланса.

**Использование упражнений образовательной кинезиологии позволяет:**

снижать усталость, утомляемость и раздражительность, повышать концентрацию и умственную работоспособность;

 улучшает память (особенно зрительную);

стимулировать развитие слуха и речи;

улучшать концентрацию, объем и переключение внимания, повысить способность к произвольному контролю

развивать способы и формы мыслительной деятельности;

развивать восприятие, пространственные представления, воображение;

Развивать мелкую и крупную моторику, пространственные представления, зрительно-моторную координацию;

улучшать психоэмоциональное состояние.

**Комплекс кинезиологических упражнений включает в себя:**

 -**дыхательные упражнения**, направлены на развитие чувство ритма, повышение энергетического обеспечения головного мозга, успокоение, снятие стресса. Не маловажную роль в развитии самоконтроля над поведением играет умение контролировать дыхание;

 - **растяжки**, для нормализации тонуса мышц. Нарушения в психической и двигательной активности ребенка могут возникнуть на фоне любого отклонения от оптимального тонуса мышечной системы, что в свою очередь негативно сказывается на развитии;

 -для совершенствования координации движений глаз, развития зрительного восприятия используют **глазодвигательные упражнения**, которые в свою очередь стимулируют все виды зрения (периферийное, централизованное, дистанционное), стимулируют работу вестибулярного аппарата;

 - **специфические упражнения для артикуляции или лицевой группы мышц** улучшают работу черной субстанции и базального ганглия, контролирующих поведение, мышление и речь. Результатом регулярных занятий улучшается работа артикуляторного аппарата, движения становятся более скоординированными, что в свою очередь помогает добиться правильного звукопроизношения;

 - формированию стабильных межполушарных связей способствуют **специальные упражнения, направленные на развитие мелкой моторики**. Формирование психических процессов и учебных навыков улучшается в процессе развития левой височной и левой лобной долей головного мозга, что положительно сказывается на развитии речи и повышении работоспособности.

- **упражнения на релаксацию** способствуютрасслаблению, снятию напряжения

 В дошкольных образовательных учреждениях эта система используется довольно широко, во всех образовательных областях. Например, во время физических занятий детям предлагаются упражнения, направленные на координацию между конечностями, глазами, головой. Это могут быть асимметричные движения (одна рука гладит – другая бьет), движения, выполняемые с закрытыми глазами (дотронуться до носа, уха, постоять на одной ноге), движения, выполняемые сначала поочередно рукой или ногой, и затем – вместе обеими.

На занятиях по рисованию могут использоваться приемы рисования другой рукой или обеими в зеркальном отображении, рисование с закрытыми глазами, обведение контура в одном, а затем в другом направлении каждой рукой по очереди.

На занятиях по развитию речи широко применяются различные пальчиковые игры, направленные на улучшение моторики мелких мышц и ловкости пальцев.

В познавательных и игровых занятиях используются различные пособия, помогающие детям освоить одновременные скоординированные движения обеими руками. Например, детям 3-4 лет предлагают папки с зеркальным отображением различных предметов. Такие аппликации могут состоять из кнопок, клавиш, бумажных или текстильных деталей, геометрических фигур, шнуров, лесенок и т. д. Ребенок по очереди трогает, нажимает, обводит каждую деталь сначала одной рукой, потом другой, потом двумя. При этом в качестве дополнительных стимуляторов для других зон мозга могут выступать стихотворное или музыкальное сопровождение, проговаривание самим ребенком действий или стихов, иллюстрирующих их.

Кинезиологические упражнения можно использовать как в групповой, так и в подгрупповой и индивидуальной работе, во всех режимных моментах, с детьми всех возрастов, используя специальное оборудование или без него. Важно самому воспитателю увидеть пользу такой работы.

Литература

1. Деннисон П.Г. Деннисон «Программа «Гимнастика ума». Пер. С.М. Масгуто- вой, Москва, 1997 г.
2. Еремеева В.Д. «Мальчики и девочки - два разных мира», «Линка - пресс», Москва, 1998 г.
3. Кольцова М. М. Ребенок учится говорить. - М.: «Сов. Россия», 1973.122с.
4. Левина Р. Е. Основы теории и практики логопедии / Р. Е. Левина. – М.: АльнС, 2013. – С. 67-68; 92.
5. Любимова В. «Кинезиология, или природная мудрость тела», «Невский проспект», Санкт - Петербург, 2005г.
6. Любимова В. «Кинезиология. Второй уровень познания тела», «Невский проспект», Санкт - Петербург, 2005г.
7. Сиротюк А.Л. Упражнения для психомоторного развития дошкольников. Практическое пособие / А.Л. ISSN 2410-6070 ИННОВАЦИОННАЯ НАУКА № 12 / 2019 ~ 169 ~ Сиротюк. – М: АРКТИ, 2010 - 60с.
8. Шанина Г.Е. Упражнения специального кинезиологического комплекса для восстановления межполушарного взаимодействия у детей и подростков. М., ВНИИФК, 1999.