

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской  
области основная общеобразовательная школа № 11 города  
Новокуйбышевска городского округа Новокуйбышевск Самарской области  
структурное подразделение «Детский сад «Надежда»

## **Консультация для родителей**

**Тема «Использование кинезиологических упражнений  
в непосредственно-образовательной деятельности с детьми с ОВЗ»**

Подготовила:

воспитатель

**Матвеева Н.Д.**

Новокуйбышевск, 2019 г.

В настоящее время растет число детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). У большинства современных детей, а особенно с ОВЗ отмечается общее моторное отставание, а отсутствие физической нагрузки заметно тормозит мыслительные процессы, снижает концентрацию внимания, координационных способностей, выносливости, проблемы с речевым развитием.

В результате, у таких детей проявляется низкая работоспособность, повышенная утомляемость, низкий уровень произвольности психических процессов – все эти трудности, возможно, преодолеть только через создание правильного выбора методов педагогической коррекции.

Кинезиология – наука о развитии головного мозга через движение. Она существует уже двести лет и используется во всем мире.

Кинезиологические упражнения – это комплекс движений позволяющих активизировать межполушарное воздействие.

Польза, которую приносят эти упражнения, колоссальная. Ребенок не только становится сообразительным, активным, энергичным и контролирующим себя, улучшается его речь и координация пальцев.

**ДЛЯ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩЕЙ РАБОТЫ НЕОБХОДИМО УЧИТЫВАТЬ ОПРЕДЕЛЕННЫЕ УСЛОВИЯ:**

- ❖ занятия проводятся утром;
- ❖ занятия проводятся ежедневно, без пропусков;
- ❖ занятия проводятся в доброжелательной обстановке;
- ❖ от детей требуется точное выполнение движений и приемов;
- ❖ упражнения проводятся стоя или сидя за столом;
- ❖ упражнения проводятся по специально разработанным комплексам;

***длительность занятий по одному комплексу составляет две недели.***

Все упражнения проводятся с использованием музыкального сопровождения. Спокойная, мелодичная музыка создает определенный настрой у детей. Она успокаивает, направляет на ритмичность выполнения упражнений в соответствии с изменениями в мелодии.

Цель кинезиологии: развитие межполушарного воздействия, способствующее активизации мыслительной деятельности.

Задачи:

- синхронизация работы полушарий;
- развитие мелкой моторики;
- развитие способностей;
- развитие памяти, внимания, речи;
- развитие мышления.

### ***С какими детьми проводить кинезиологические упражнения?***

Дети с нарушениями в физическом и психическом развитии невнимательны, забывают сложные инструкции и последовательность заданий, отстают в развитии словесно-логического мышления, с трудом овладевают анализом и синтезом, сравнением и обобщением. У них недостаточно развита мелкая моторика, часто нарушена координация движений.

Моторное развитие ребенка тесно связано с его психоэмоциональным состоянием и влияет на интеллектуальные способности. Чтобы у детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) корректировать и развивать интеллектуальные способности, используйте кинезиологические упражнения.

***Какие упражнения включить в коррекционно-развивающую работу с детьми.***

Несколько видов упражнений входят в гимнастику мозга: растяжка, дыхательные, глазодвигательные, телесные упражнения, тренировка тонких движений пальцев рук, массаж, релаксация. Для определенных диагнозов выберите подходящие.

***Растяжка*** нормализует тонус мышц ((гипертонус (неконтролируемое чрезмерное мышечное напряжение) и гипотонус (неконтролируемая мышечная вялость)). Снимая тоническое напряжение, растяжки способны активизировать соответствующие структуры головного мозга. Эффективны в работе **с детьми с расстройством аутистического спектра (РАС), с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью (СДВГ).**

- «Снеговик»,
- «Дерево»,
- «Тряпичная кукла и солдат»,
- «Сорви яблоки».

***Дыхательные упражнения*** улучшают активность мозга, ритм сердца, пульсацию сосудов, развивают самоконтроль и произвольность. Эффективны при коррекционно-развивающей работе **с детьми с СДВГ**. - «Свеча»,

- «Дышим носом»,
- «Ныряльщик»,
- «Облако дыхания».

***Глазодвигательные упражнения*** позволяют расширить поле зрения, улучшить восприятие, активизируют процесс обучения

- «Взгляд влево вверх»,
- «Горизонтальная восьмерка»,
- «Глаз – путешественник».

**Телесные упражнения** развивают межполушарное взаимодействие, снимают синкинезии (непроизвольные, непреднамеренные движения) и мышечные зажимы. Многим детям легче мыслить, когда они ходят, покачивают ногой, постукивают карандашом по столу. В результате движений прорабатываются нейронные сети, которые позволяют закрепить новые знания. Эффективны при коррекционной работе **с детьми с тяжелыми нарушениями речи (ТНР), минимальной мозговой дисфункцией (ММД)**

- «Перекрестное марширование»,
- «Мельница»,
- «Паровозик»,
- «Робот»,
- «Маршировка».

**Тренировка тонких движений пальцев рук** стимулирует общее развитие речи, повышает работоспособность головного мозга. Кинестетические импульсы, которые идут от рук, влияют на речевые области. Эффективны при работе **с детьми с задержкой психического развития (ЗПР)**.

- «Колечко»,
- «Кулак-ребро-ладонь»,
- «Лезгинка»,
- «Лягушка»,
- «Замок»,
- «Ухо-нос»,
- «Перекрестные движения».

**Массаж ушных раковин.** Специалисты насчитывают 148 точек, которые расположены на ушной раковине и соответствуют разным частям тела. Точки на верхушке уха соответствуют ногам, а на мочке уха – голове. Мочки ушей энергетически связаны с мозгом. Когда массируется и стимулируется правая мочка, активизируется левое полушарие мозга, левая мочка – правое полушарие. Массаж ушей помогает сосредоточиться, это полезно для обучения на занятиях. Если массаж ушей происходит по часовой стрелке, это активизирует мозговую деятельность, если против, наоборот, успокаивает.

- Оттягивание ушей вперед, назад.
- массажирование круговыми движениями лба и подбородка.
- Сжатие пальцев в кулак с загнутым внутрь большим пальцем на вдохе и выдохе.

**Упражнения для релаксации** расслабляют, снимают напряжение. Эффективны при коррекционной и развивающей работе **с детьми с детским**

**церебральным параличом (ДЦП), нарушениями опорно-двигательного аппарата (ОДА).**

- «Дирижер»,
- «Путешествие на облаке».

*Зеркальное рисование* развивает межполушарное взаимодействие (мозолистое тело), произвольность и самоконтроль.

**Таким образом:**

Под влиянием кинезиологических тренировок в организме детей наступают положительные структурные изменения. И чем интенсивнее нагрузка, тем значительнее эти изменения. Сила, равновесие, подвижность, пластичность нервных процессов осуществляются на более высоком уровне. Совершенствуется регулирующая и координирующая роль нервной системы. Данная методика позволяет выявить скрытые способности ребенка и расширить границы возможности деятельности его мозга.