**Министерство образования Ставропольского края**

**Государственное казенное дошкольное образовательное учреждение**

**«ДЕТСКИЙ САД № 15 «Ласточка»**

**356146 г. Изобильный, улица Школьная– 3а;**

**ИНН 26070100063, КПП260701001**

**тел., факс (886545) 2-80-31**

**электронный адрес: gdou15@mail.ru**



Семинар-практикум для педагогов:

**«Использование кинезиологических**

**упражнений в речевом развитии**

**детей дошкольного возраста»**

Подготовила: Стрельцова А.А.

учитель-логопед высшей

квалификационной категории

г. Изобильный, 2023 г.

Тема: «**Использование кинезиологических упражнений в речевом развитии детей дошкольного возраста**».

**«Движение может**

**заменить лекарство –**

**но ни одно лекарство**

**не заменит движения»**

Ж. Тассо.

**Цель**: Повышение профессиональной компетентности педагогов по использованию здоровьесберегающих технологий.

**Задачи:**

1. Теоретическая часть:

- Познакомить педагогов с методом кинезиологии.

- Рассказать о роли межполушарного взаимодействия в интеллектуальном и речевом развитии детей.

2. Практическая часть:

- разучить с участниками семинара-практикума кинезиологические упражнения.

3. Блиц-опрос.

**Ход семинара.**

- Добрый день, уважаемые педагоги! Рада вас видеть на  семинаре. Я пригласила вас, чтобы познакомить с интересной и популярной сейчас во всём мире здоровьесберегающей технологией – кинезиологией.

Современный мир стремительно меняется: запросы школы и общества таковы, что ребенок должен быть готов воспринимать большой объем информации, ориентироваться в нем, стараться быть успешным и конкурентоспособным. Следует отметить, что за последние годы увеличилось число детей с общим недоразвитием речи. Применение этой инновационной технологии в практике позволит детям преодолевать речевые нарушения, улучшая при этом их психическое и физическое здоровье, а также умственные способности.

Многие учёные отмечают: *«мозг, хорошо устроенный, стоит больше, чем мозг, хорошо наполненный»*.

Справедливо и мнение, что «из всех наслаждений, отпущенных человеку, самое изысканное — шевелить мозгами». Мы с вами тоже будем сегодня *«шевелить мозгами»*.

Для начала предлагаю активизироваться.

**Упражнение***«Массаж ушных раковин»*.

Помассируйте мочки ушей, затем всю ушную раковину. Потяните уши вперёд, в стороны, назад. В конце упражнения разотрите уши руками.

Ежедневный массаж ушей приносит пользу всему организму, особенно мозгу. Начинается выработка эндорфинов, снижаются беспокойство и напряжение в челюсти и шее, укрепляется иммунная система, активизируется кровоток и наступает расслабление.

Предлагаю вам тест нейропсихолога А. Лурия для определения вашего типа восприятия информации. Возьмите листочки бумаги, приложите их ко лбу и напишите слово КОТ. Если ваше слово можно прочитать слева направо – вы визуал, т. е. ведущий канал восприятия информации для вас зрительный. К слову, 90% информации мы получаем через зрительный канал. Если, написанное вами слово читается как ТОК, значит вы – **кинестетик** и ведущий канал получения информации для вас - ваши чувства, ощущения, тактильные контакты, вы запоминаете движения.

Мы сегодня будем пользоваться **всеми** каналами получения информации – визуальным, **кинестетическим и аудиальным**, т. е. слуховым, который в этом тесте не отражён.

**Упражнение***«Воздушный шар»* *(о ценности здоровья для человека)*.

- Нарисуйте воздушный шар, который летит над землей. Дорисуйте человечка в корзине воздушного шара. Это Вы. Вокруг Вас ярко светит солнце, голубое небо. Напишите, какие 9 ценностей важны для Вас настолько, что Вы взяли бы их с собой в путешествие (например, деньги, **здоровье**, семья, работа, любовь и др.). А теперь представьте, что ваш воздушный шар начал снижаться и грозит скоро упасть. Вам нужно избавиться от балласта, чтобы подняться вверх. Сбросьте балласт, то есть вычеркните 3 *(а потом еще 3)* слова из списка. Что вы оставили в списке?

Все зачитывают по кругу свои жизненные ценности. Ведущий записывает их на доске. Если слова повторяются, то педагог ставит плюсы. Затем определяется рейтинг жизненных ценностей по количеству плюсов и по важности для присутствующих. Например, 1 место – здоровье, 2 место – семья и т. д. (в зависимости от выбора необходимо своими словами подвести к значимости здоровья в жизни людей)

- Проблема здоровья и его сохранения в современном обществе стоит очень остро. Такие словосочетания, как *«здоровьесберегающие технологии»* и *«формирование здорового образа жизни»* заняли прочное место в беседах с родителями и детьми, в планах воспитательной работы всех педагогов ДОУ. Проблема оздоровления детей - это не проблема одного дня и одного человека, а целенаправленная и систематически спланированная работа всего коллектива нашего учреждения на длительный срок.

Итак, что же такое *«кинезиология»*?

Название *«кинезиология»* происходит от греческого слова *«кинезис»* , что означает *«движение»*. Имеется в виду мышечное движение. Греческое же происхождение имеет и слово ***«логос»***, которое обычно переводят как *«наука»*.

Т.о.**кинезиология** – 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.

В настоящее время кинезиология подразделяется на спортивную кинезиологию, медицискую, психотерапевтическую, образовательную. Мы будем говорить об образовательной кинезиологии, ее задачах и целях.

Развитие головного мозга ребёнка начинается внутриутробно и активно продолжается после рождения.

Самый благоприятный период для интеллектуального развития – это возраст до 10 лет, когда кора больших полушарий еще окончательно не сформирована.

По исследованиям физиологов правое полушарие головного мозга – гуманитарное, образное, творческое – отвечает за тело, координацию движений, пространственное, зрительное и кинестетическое восприятие. Левое полушарие головного мозга – математическое, знаковое, речевое, логическое, аналитическое – отвечает за восприятие слуховой информации, постановку целей и построений программ. Мозолистое тело, которое находиться между большими полушариями в теменно-затылочной части, необходимо для координации работы мозга и передачи информации из одного полушария в другое.

Нарушение мозолистого тела искажает познавательную деятельность детей. Если нарушается проводимость через мозолистое тело, то ведущее полушарие берет на себя большую нагрузку, а другое блокируется. Оба полушария начинают работать без связи. Значит, успешность обучения детей зависит от своевременного развития межполушарного взаимодействия.

Учеными доказано, что после двух лет у ребенка начинают укрепляться связи между левым полушарием, ответственным за речь и правым, формирующим все наши зрительно-пространственные и другие восприятия. А речь в свою очередь – это результат согласованной деятельности многих областей головного мозга. А органы артикуляции лишь выполняют приказы, поступающие из мозга.

Проекция кисти руки в головном мозге расположена очень близко с речевой моторной зоной. Значительную часть коры больших полушарий мозга человека занимают клетки, связанные с деятельностью кисти рук, в особенности ее большого пальца, который у человека противопоставлен всем остальным пальцам.

**Кинезиологические упражнения** дают возможность задействовать те участки мозга, которые раньше не участвовали в обучении и решить проблему неуспешности. Авторы практической кинезиологии считают, что одной из причин дислексии и дисграфии является так называемая “координационная неспособность” к обучению, которая может быть устранена путем овладения специфическими двигательными упражнениями. В связи с улучшением интегративной функции мозга у многих детей при этом наблюдается значимый прогресс в плане способностей к обучению, а также управлению своими эмоциями. Современные кинезиологи рассматривают причину нарушений функций обучения в неспособности правого и левого полушария к интеграции (аналитический мозг постоянно блокирует творческое начало образного мозга в его способности к интегративному видению).Для детей со специфическими нарушениями письма и чтения характерна выраженная неравномерность развития отдельных сенсомоторных и интеллектуальных функций. Трудности в обучении таких детей возникают в связи с незрелостью определенных функций, дисгармонии созревания головного мозга, нарушении межполушарного взаимодействия.

При подготовке детей к школе необходимо большое внимание уделять развитию мозолистого тела. Основное развитие межполушарных связей формируется у девочек до 7-ми лет, у мальчиков до 8-ми – 8,5 лет.

Применение метода **КИНЕЗИОЛОГИИ** позволяет улучшить у ребенка память, внимание, речь, пространственные представления, мелкую и крупную моторику, снижает утомляемость, повышает способность к произвольному контролю.

**Кинезиологические** уражнения активизируют полноценную деятельность ума и тела, помогают управлять своей эмоциональной, физической и умственной жизнью.

С помощью своеобразной *«гимнастики мозга»* процесс обучения и выполнение любого вида деятельности становится более эффективными, так как они позволяет выявить скрытые способности ребёнка и расширить границы возможностей его мозга.

Благодаря кинезиологии организм координирует работу правого и левого полушарий и развивает взаимодействие тела и интеллекта.

Каждое из упражнений, способствует возбуждению определенного участка мозга и включает механизм объединения мысли и движения. В результате этого новый учебный материал воспринимается более целостно и естественно, как бы умом и телом, и поэтому лучше запоминается.

*«Гимнастика мозга»* напоминает обычную зарядку, достаточно проста в исполнении, может использоваться в любое время. Она занимает немного времени, принося несоизмеримую пользу. Использование кинезиологических упражнений 5 – 10 минут в день помогут вашему ребёнку в процессе любой деятельности.

**Кинезиологические** занятия дают как немедленный, так и кумулятивный *(накапливающийся)* эффект. Конечно, лучший эффект от этих упражнений будет, если выполнять их ежедневно. Каждое упражнение по тренировке мозга выполняется не более 2-х минут. Их можно делать в различных сочетаниях.

Самое главное требование и условие — это регулярность и повторяемость. Только регулярностью тренировок можно добиться ощутимого эффекта.

Эту гимнастику рекомендовано выполнять также и взрослым для активизации психических процессов.

Поэтому я предлагаю каждому поучаствовать и выполнить несколько упражнений из комплекса.

**ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ**

**Что же включают в себя комплексы упражнений?**

Растяжки, дыхательные упражнения, глазодвигательные упражнения, телесные упражнения, упражнения для развития мелкой моторики, упражнения на релаксацию.

***Растяжки*** нормализуют гипертонус (неконтролируемое чрезмерное мышечное напряжение) и гипотонус (неконтролируемая мышечная вялость).

**Упражнение «Дерево»**  И.п. – сидя на корточках. Спрятать голову в колени, обхватить их руками. Представьте, что вы - семечко, которое постепенно прорастает и превращается в дерево. Медленно поднимитесь на ноги, затем распрямите туловище, вытяните руки вверх. Затем напрягите тело и вытянитесь. Подул ветер – вы раскачиваетесь, как дерево.

***Дыхательные упражнения*** улучшают ритмику организма, развивают самоконтроль и произвольность.

**Упражнение “Свеча”**И.п. – сидя за столом. Представьте, что перед вами стоит большая свеча. Сделайте глубокий вдох и постарайтесь одним выдохом задуть свечу. А теперь представьте перед собой 5 маленьких свечек. Сделайте глубокий вдох и задуйте эти свечи маленькими порциями выдоха.

***Глазодвигательные упражнения*** позволяют расширить поле зрения, улучшить восприятие. Однонаправленные и разнонаправленные движения глаз и языка развивают межполушарное взаимодействие и повышают энергетизацию организма.

**Упражнение “Горизонтальная восьмерка”** Вытянуть перед собой правую руку на уровне глаз, пальцы сжать в кулак, оставив средний и указательный пальцы вытянутыми. Нарисовать в воздухе горизонтальную восьмерку как можно большего размера. Рисовать начинать с центра и следить глазами за кончиками пальцев, не поворачивая головы. Затем подключить язык, т.е. одновременно с глазами следить за движением пальцев, хорошо выдвинутым изо рта языком.*(Мы пока рисуем круги, квадраты треугольники и следим глазами.)*

***Телесные упражнения***

**Упражнение «Ухо – нос».**Левой рукой берёмся за кончик носа, а правой - за противоположное ухо, т.е. левое. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши, поменяйте положение рук "с точностью до наоборот".

***Упражнения для развития мелкой моторики***

**Упражнение «Лезгинка».**Левую руку сложите в кулак, большой палец отставьте в сторону, кулак разверните пальцами к себе. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикоснитесь к мизинцу левой. После этого одновременно смените положение правой и левой рук в течение 6—8 смен позиций. Добивайтесь высокой скорости смены положений.

**Упражнение «Петух-курица-гусь».**

***Упражнения для релаксации***способствуют расслаблению, снятию напряжения.

**Упражнение на расслабление мышц шеи "Любопытная Варвара".**Исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч, руки опущены, голова прямо. Повернуть голову максимально влево, затем вправо. Вдох-выдох. Движение повторяется по 2 раза в каждую сторону. Затем вернуться в исходное положение, расслабить мышцы. Поднять голову вверх, смотреть на потолок как можно дольше. Затем вернуться в исходное положение, расслабить мышцы*.* Медленно опустить голову вниз, прижать подбородок к груди. Затем вернуться в исходное положение, расслабить мышцы.

*Любопытная Варвара смотрит влево, смотрит вправо.*

*А потом опять вперед — тут немного отдохнет.*

*А Варвара смотрит вверх дольше всех и дальше всех!*

*Возвращается обратно — расслабление приятно!*

*А теперь посмотрим вниз — мышцы шеи напряглись!*

*Возвращаемся обратно — расслабление приятно!*

Все **упражнения** данной системы — перекрестные. Перекрестность — главный принцип гимнастики мозга - означает подключить оба полушария мозга, *(правое отвечает за левое полушарие, и наоборот)*.

- Предлагаю немного размяться, отдохнуть. Давайте выполним следующие **упражнения**.

**Кинезиологическое упражнение***«Перекрёстное марширование»*.

Будем медленно шагать, попеременно касаясь то правой, то левой рукой до противоположного колена. Затем чередуем с односторонними касаниями.

**Упражнение***«Ухо – нос»*.

Левой рукой возьмитесь за кончик носа, а правой рукой – за противоположное ухо. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши, поменяйте положение рук *«с точностью до наоборот»*

**Упражнение***«Горизонтальные восьмёрки»*.

Закройте глаза. Пальцами одной руки проведите перед глазами горизонтальную восьмёрку. Следуйте закрытыми глазами за движениями пальцев. Продолжайте рисовать, увеличивая размеры восьмёрки. Рисуем три раза сначала одной рукой, потом другой, затем обеими руками вместе. Отдохните и откройте глаза.

- А теперь поиграем.

**Кинезиологическая игра***«Солнышко - заборчик - камушки»* :

покажите солнышко: ладони с растопыренными пальцами,

заборчик: ладони вместе, направлены от себя,

камушки: постучать кулачками друг о друга.

Я буду быстро и вразнобой произносить  *«солнышко»*, *«камушки»*, *«заборчик»*, а вы, уважаемые коллеги, показывайте соответствующие движения.

Усложняем задачу, теперь надо делать то, что увидите, а не то, что услышите, глядя на мои действия. Я буду показывать движения вразнобой, но при этом называть другие движения (в этой игре есть ещё и третий вариант: надо делать то что слышат, а не то, что видят).

**Заключительная часть.**

Уважаемые коллеги, предлагаю Вам БЛИЦ-ОПРОС по теме нашего семинара.

Вопросы:

1. Что означает слово кинезиология?

2. Какой возраст самый благоприятный для развития межполушарных

связей?

3. За что отвечает правое полушарие головного мозга?

4. За что отвечает левое полушарие головного мозга?

5. Что мы называем кинезиологические упражнения?

6. В чем заключается польза кинезиологических упражнений?

7. Какие условия нужно соблюдать для результативности работы с

кинезиологическими упражнениями?

8. Что включают в себя комплексы кинезиологических упражнений, какие приемы?

9. К каким технологиям относится кинезиология?

10. Какой главный принцип гимнастики мозга?

- Уважаемые коллеги, надеюсь, вас заинтересовала информация, полученная на  семинаре. Используйте эти простые упражнения в вашей практике, наслаждайтесь движениями сами и вдохновляйте своих воспитанников.

Большинство из нас делает массу работы удобной рукой. Попробуйте сами и предложите ребёнку чистить зубы, причёсываться, доставать предметы, рисовать другой рукой. Исследования показывают, что выполнение обычного действия *«необычной»* рукой активизируют новые участки мозга и помогает развивать новые контакты между клетками мозга, развивается самоконтроль и повышается концентрацию внимания. Спасибо за внимание!