

ОТ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ К РЕЧЕВОМУ



Составила: Черепанова Л.Г., воспитатель

Что такое кинезиология?

Кинезиология – это методика сохранения здоровья путем воздействия на мышцы тела, т.е. путем физической активности.

Кинезиология – наука о развитии головного мозга через движение.

Полезьа от кинезиологических упражнений

- Упражнения развивают тело, повышают стрессоустойчивость организма, синхронизируют работу полушарий, способствуют улучшению памяти и внимания, облегчают процесс чтения и письма.
- Улучшается зрительно-моторная координация, формируется пространственная ориентировка.
- Кинезиологические упражнения необходимо выполнять ежедневно.
- Ребенок выполняет упражнения вместе со взрослым, затем самостоятельно по памяти.
- Упражнение выполняется сначала правой рукой, затем левой, затем двумя руками вместе.

Что мы делаем вместе

- **Колечко.**

Поочередно и как можно быстрее перебирайте пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т.д. Проба выполняется в прямом и в обратном (от мизинца к указательному пальцу) порядке. Вначале упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем сразу двумя руками.



- «Фонарик»

Ладонь одной руки смотрит вверх, на ней «стоит» кулак другой руки. Поменять положение рук. Начинаем медленно и увеличиваем скорость выполнения упражнения.



Кулак-ребро-ладонь.

Ребёнку показывают три положения руки на плоскости стола, последовательно сменяющих друг друга. Ладонь на плоскости, ладонь, сжатая в кулак, ладонь ребром на плоскости стола, распрямлённая ладонь на плоскости стола. Ребёнок выполняет пробу вместе с педагогом, затем по памяти в течение 8 – 10 повторений моторной программы. Проба выполняется сначала правой рукой, потом – левой, затем – двумя руками вместе. При усвоении программы или при затруднениях в выполнении педагог предлагает ребёнку помогать себе командами («кулак – ребро – ладонь»), произносимыми вслух или про себя



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».



«Локотки»

Правая рука согнута в локте,
стоит на открытой ладони левой руки.

Хлопок.

Руки меняются местами.



- «Рыбка»

Правая ладонь сжата в кулак, большой палец отведен в сторону и направлен на открытую ладонь левой руки, ребром перпендикулярно столу.

Выполняется плавное движение обеих рук с право на лево, поменять положение ладоней и продолжить движение с лева на право.



«Ладушки-оладушки»

Ладони держим в одной плоскости.
Одна ладонь повернута вверх, другая вниз.
Проговаривая слова,
меняем положение ладоней.



«Мы играли в ладушки,
жарили оладушки.
Так пожарим повернем,
И опять играть начнем».



**Представленные на слайдах упражнения дети
знают,
могут выполнять самостоятельно.
Поиграйте с ними дома,
посоревнуйтесь у кого лучше получится:
у Вас или у вашего ребенка.
Это доставит им большое удовольствие.**

**Человеку для закрепления мысли необходимо движение.
Запомните,
что неподвижный ребенок не обучаем!**

**Двигайтесь больше!
Желаю удачи!**