КОНФЕРЕНЦИЯ

ИННОВАЦИОННАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПЕДАГОГА В УСЛОВИЯХ РЕАЛИЗАЦИИ ФГОС

Доклад на тему:

"Кинезиология как психолого-педагогический метод

сопровождения адаптации первоклассников к обучению в школе"

Уважаемые коллеги, сегодня я хочу поделиться с вами опытом применения кинезиологии в работе с первоклассниками в контексте их адаптации к школьной среде. В условиях реализации Федерального государственного образовательного стандарта (ФГОС) важно искать инновационные методы, которые помогут детям легче адаптироваться к новым требованиям и учебной нагрузке. Одним из таких методов является кинезиология.

**Что такое кинезиология?**

Кинезиология — это наука о движении и его влиянии на развитие мозга и психофизиологические процессы человека. Основой кинезиологических упражнений является тесная связь между моторикой и когнитивными функциями. Различные движения и упражнения помогают активизировать работу мозга, улучшить концентрацию, память, а также способствуют эмоциональной регуляции.

**Актуальность применения кинезиологии**

Начальная школа требует комплексного подхода к обучению и воспитанию детей. Адаптация первоклассников — это сложный процесс, который включает в себя не только освоение учебного материала, но и привыкание к новому режиму, социальной среде, повышенной нагрузке.

Кинезиология становится эффективным инструментом в этом процессе, так как она позволяет:

- Улучшить когнитивные функции, такие как память, внимание, мышление.

- Снизить уровень тревожности и эмоционального напряжения.

- Способствовать развитию межполушарного взаимодействия, что важно для успешного обучения.

- Поддерживать физическое здоровье и активность детей.

**Практическое применение кинезиологии**

В процессе адаптации первоклассников к школьному обучению мы используем различные кинезиологические упражнения, которые интегрированы в ежедневные занятия. Позвольте представить несколько примеров:

1. Упражнение "Слон":

Упражнение активизирует кровообращение, улучшает работу мозга, особенно его правого и левого полушарий. Оно помогает детям лучше воспринимать и усваивать новую информацию.

2. Упражнение "Перекрестные шаги":

Помогает активизировать межполушарное взаимодействие, улучшает координацию движений и способствует развитию памяти.

3. Упражнение "Ленивая восьмерка":

Улучшает концентрацию внимания, развивает зрительно-моторную координацию и помогает детям лучше справляться с учебной нагрузкой.

**Результаты применения кинезиологии**

Использование кинезиологических упражнений в адаптации первоклассников показало значительные результаты:

- Снижение уровня тревожности у детей.

- Повышение концентрации внимания и улучшение успеваемости.

- Повышение физической активности и уменьшение усталости.

- Улучшение социальной адаптации и взаимодействия в классе.

**Заключение**

Кинезиология, как психолого-педагогический метод, становится важной частью сопровождения первоклассников в процессе их адаптации к школе. Она позволяет учитывать индивидуальные особенности каждого ребенка, способствует развитию когнитивных и эмоциональных функций, а также поддерживает физическое здоровье.

В условиях реализации ФГОС кинезиологические упражнения становятся неотъемлемой частью образовательного процесса, помогая детям успешнее адаптироваться к новым условиям и повышенной учебной нагрузке.

Спасибо за внимание!

Если у вас есть вопросы или вы хотите подробнее обсудить методы применения кинезиологии, буду рад ответить.