МБДОУ «Детского сада № 1 с. Янтиково»

Янтиковского муниципального округа Чувашской Республики

**Моя педагогическая находка**

 **«Секрет талантливых дошколят**

**или кинезиология на все случаи жизни»**

 Воспитатель первой

 квалификационной категории

 Шакина Татьяна Григорьевна

с. Янтиково, 2023

Добрый день уважаемые члены жюри.

Меня зовут Шакина Татьяна Григорьевна. Я воспитатель МБДОУ «Детского сада № 1 с. Янтиково» Янтиковского муниципального округа Чувашской Республики. В своей педагогической практике я с большим интересом знакомлюсь и применяю новые образовательные технологии.

У каждого человека есть задатки, дарования, талант. И от того, кто будет **воспитывать ребенка**, зависит его будущее, его мировоззрение, вся его жизнь.

Всем известно, что мир детства неразрывно **связан с игрой**. Дети должны жить в мире красоты, сказки, фантазии. Этот мир должен окружать ребенка и тогда, когда мы хотим научить его читать и писать. От того, как будет чувствовать себя ребенок, поднимаясь на первую ступеньку лестницы познания, что он будет переживать, зависит весь его дальнейший путь к знаниям.

А для того, чтобы этот путь был легче, необходимо с дошкольного возраста помочь ребенку использовать все возможности для дальнейшего успешного обучения. Поэтому в своей работе я использую как хорошо известные технологии, так и инновационные.

Своей **педагогической находкой** я считаю кинезиологические упражнения и игры, которые позволяют активизировать познавательную деятельность, развивать **восприятие**, речь, пространственные представления, мелкую и общую моторику, снизить утомляемость.

Кинезиология – это наука о развитии умственных способностей и поддержании физического здоровья через двигательные упражнения.

Мы все хотим, чтобы наши дети умели хорошо читать, писать, рисовать. Хорошо учились, были успешными во всем. И для этого не обязательно родиться вундеркиндом. Просто изо дня в день развивать умственные способности, а для этого необходимо развивать **межполушарное взаимодействие**. Основой развития **межполушарных связей** являются кинезиологические упражнения.

Все мы знаем, что мозг состоит из двух полушарий и каждое из них выполняет свои особые функции. Левое отвечает за речь, логику, анализ, математические способности. Правое – за **восприятие информации на слух**, планирование, креативность, образное мышление. Для слаженной работы мозга необходимо взаимодействие полушарий. Если полушария взаимодействуют друг с другом слабо, ведущее полушарие берет основную нагрузку на себя, а другое блокируется. В результате ребенок может либо не думая делать, либо размышлять и не делать. Неспособность правого и левого полушарий к интеграции, полному взаимодействию – одна из причин нарушения функций обучения и управления своими эмоциями. Чем лучше будут развиты **межполущарные связи**, тем выше у ребенка будет интеллектуальное развитие, память, внимание, речь, воображение, мышление и **восприятие**.

Поэтому, я считаю, что использование игр на развитие **межполушарных связей** является необходимыми базовыми упражнениями, которые *«включают»* мозговую активность ребенка. При регулярном выполнении специальных движений образуется большое количество нервных волокон, **связывающих** полушария головного мозга. В результате применения этих упражнений я заметила, что ребенок может дольше удерживать свое внимание, сосредотачиваться, наблюдать за предметами и делать выводы из увиденного.

- 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».

- Жизнь современного ребенка становится все разнообразнее и сложнее. И она требует не шаблонных, привычных действий, а подвижности, гибкости мышления, быстрой ориентации и адаптации к новым условиям, творческого подхода к решению больших и малых проблем.

- К сожалению, все чаще и чаще в ходе диагностических мероприятий выявляется большое количество детей с минимальными мозговыми дисфункциями (30% от общего числа), которые проявляются нарушениями речи, мышления, изменениями качеств человеческой психики. Кроме неспособности усваивать новый материал у таких детей наблюдаются и другие нарушения: инфантильность, агрессивность, неловкость движений.

Постоянно растущее число детей с нарушениями в физическом и психическом развитии ставит перед педагогом задачу поиска эффективных технологий развития и воспитания детей в условиях образовательного учреждения.

- К таким технологиям относится образовательная кинезиология или гимнастика для мозга. Она отлично зарекомендовала себя в системе образования ведущих стран мира.

 - Данная методика разработана психологом Полом Дэннисоном еще в 60-х годах. Пол Дэннисон не просто психолог, а педагог по образованию. Отсюда и методика «Гимнастика мозга». Он очень много практиковал с детками, которым ставили диагноз «слабоумие». И практиковал успешно, доказав, что любого ребенка можно «включить».

 -Гимнастика мозга – это уникальный метод, при котором развивающая работа должна быть направлена от движения к мышлению, а не наоборот. Нас раньше учили нужно вначале подумать, а потом сделать. Так вот, можно иначе, если речь идет о методах в кинезиологии. Начните вначале работать руками, ногами и телом, как умные мысли сами начнут посещать голову. Многочисленные исследования в этой области доказали стопроцентную правоту этих слов. Как следствие - кинезиология прочно внедряется в педагогическую практику.

Суть упражнений состоит в том, что они позволяют создавать новые нейронные связи и улучшают совместную работу двух полушарий головного мозга. А что происходит, когда левое полушарие работает в полную силу с правым и наоборот? Правильно – крепнет интеллект и расширяется разум.

- Всем нам известно, что человеческий мозг состоит из двух полушарий.

 **-**  Обычно у человека одно из полушарий является доминирующим и это проявляется в различии способа переработки информации. Люди с доминирующим левым полушарием обладают логическим складом ума. А творческие личности – это люди с доминирующим правым полушарием.

- Для детей самый благоприятный период интеллектуального развития – это возраст до 12 лет, когда кора больших полушарий еще окончательно не сформирована.

Развитие межполушарного взаимодействия является основой интеллектуального развития ребенка. В этом может помочь – кинезиология, целями которой является:

 развитие межполушарного взаимодействия,

 синхронизация работы полушарий,

 развитие мелкой моторики,

 развитие памяти,

 внимания,

 речи,

 развитие мышления.

Под влиянием кинезиологических тренировок в организме происходят положительные структурные изменения. При этом чем интенсивнее нагрузка, тем значительнее эти изменения. Данная методика позволяет выявить скрытые способности ребёнка и расширить границы возможностей его мозга.

**- Виды кинезиологических упражнений:**

 **(перечисляю на слайде)**

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

**"Задуть свечу"**

Ребенок представляет, что перед ним стоит 5 свечек. Ему нужно задуть сначала большой струей воздуха одну свечу, затем этот же объем воздуха распределить на 5 равных частей, чтобы задуть все.

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

**- «Глаз - путешественник»** Развесить в разных углах и по стенам группы различные рисунки игрушек, животных и т.д. Исходное положение - стоя. Не поворачивая головы найти глазами тот или иной предмет, названный воспитателем.

**- Телесные упражнения**

При выполнении телесных движений развивается межполушарное взаимодействие, снимаются непроизвольные, непреднамеренные движения и мышечные зажимы.

**- «Колено - локоть»**

Стоя. Поднять и согнуть левую ногу в колене, локтем правой руки дотронуться до колена левой ноги, затем тоже с правой ногой и левой рукой. Повторить упражнение 8-10 раз.

**- Растяжки**

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

**- “Тряпичная кукла и солдат”**

Исходное положение - стоя. Полностью выпрямитесь и вытянитесь в струнку как солдат. Застыньте в этой позе, как будто вы одеревенели, и не двигайтесь. Теперь наклонитесь вперед и расставьте руки, чтобы они болтались как тряпки. Станьте такими же мягкими и подвижными, как тряпичная кукла. Слегка согните колени и почувствуйте, как ваши кости становятся мягкими, а суставы очень подвижными. Теперь снова покажите солдата, вытянутого в струнку и абсолютно прямого и негнущегося, как будто вырезанного из дерева. Дети попеременно бывают то солдатом, то куклой, до тех пор, пока вы не почувствуете, что они уже вполне расслабились.

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

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

Упражнения необходимо проводить ежедневно. С начала детям с раннего возраста учить выполнять пальчиковые игры от простого к сложному.

· 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 целесообразно проводить 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.

Кинезиологическая тренировка движений пальцев рук является важнейшим фактором, стимулирующим речевое развитие ребёнка, способствующим улучшению артикуляционной моторики, подготовке кисти руки к письму и, что особенно важно с нейропсихологической точки зрения, является мощным средством, повышающим работоспособность коры головного мозга.

Кинезиологические пальчиковые игры вызывали у детей особый интерес, мы использовали кинезиологические сказки и коротенькие истории. Все упражнения и игры выполнялись вместе с детьми, постепенно усложняя и увеличивая время и сложность. (см. видео в презентации)

Воспитанники с удовольствием занимаются кинезиологическими упражнениями, им интересно научиться таким движениям, которые выполняют даже космонавты во время подготовки к полетам. Кроме того, дети, выполняя упражнения, знают, что данные упражнения помогают им лучше думать, лучше запоминать, быть внимательными. Да и игровой момент развития интеллекта дает больше пользы, нежели наскучившие методы развития ребенка, тем или иным умениям и навыкам. Оценивая результаты, необходимо отметить, что дети, с которыми систематически проводила занятия показали наиболее яркие достижения в развитии интеллектуальных способностей. Дети научились проявлять себя естественно, меньше стесняясь выражать свои эмоции, проявляют инициативу в выборе упражнений, игр, а также повышенную эмоциональность в процессе выполнения кинезиологических упражнений. Регулярное выполнение кинезиологических упражнений способствует активизации межполушарного взаимодействия, синхронизации работы полушарий. Оказывает положительное влияние на коррекцию обучения, развитие интеллекта, улучшает состояние физического здоровья и социальной адаптации детей, снижает утомляемость, повышает способность к произвольному контролю. Такой подход позволяет наполнить наше ежедневное общение с дошкольниками новыми играми, несущими в себе важнейшее коррекционно-развивающее значение.

      Применение этого опыта поможет научить детей лучше и с удовольствием обучаться, и не только смягчит, сделает радостными взаимоотношения в семье, но и поможет раскрыться личности ребенка. Со временем взрослые заметят его прогресс в самых разных сферах деятельности, свободу в движениях, большую открытость, выразительность. На смену былой зажатости, скованности и постоянным сомнениям в себе самом придет стремление к самовыражению и умение достичь этого. Это скажется и в развитии интеллекта. Ребенок становится любознательным, самостоятельным и инициативным в принятии решения и рассуждениях.

**Предлагаю выполнить несколько упражнений**

**Упражнения для развития мелкой моторики рук.**

 **«Колечко»**

Поочередно и как можно быстрее перебирать пальцы рук, соединяя кольцо с большим пальцем указательный, средний и т.д.; в обратном порядке – от мизинца к указательному пальцу.

 **«Кулак-ребро-ладонь»**

Ребенку показывают три положения ладони на плоскости стола, последовательно сменяющие друг друга: ладонь, сжатая в кулак, - ладонь ребром – выпрямленная ладонь. Упражнение выполняют сначала правой рукой, потом левой, затем двумя руками.

 **«Лезгинка»**

Ребенок сжимает левую руку в кулак, большой палец отставляют в сторону, кулак разворачивает пальцами к себе. Ладонью правой руки прикоснуться к мизинцу левой. Менять положение правой и левой рук, добиваясь высокой скорости смены положений (6-8 раз).

 **«Ухо –нос»**

Взяться левой рукой за кончик носа, правой – за противоположное ухо. Одновременно отпустить руки, хлопнуть в ладоши, поменять положение рук.

Одной из форм кинезиологических упражнений является **зеркальное рисование**.

Это рисование двумя руками одновременно. Для этого можно использовать различные кинезиологические тренажеры

Такое рисование очень увлекательно и полезно (и не только для детей).

Во-первых, с его помощью можно познакомить ребенка с симметрией,

во-вторых, оно развивает мелкую моторику, пространственное мышление, воображение и,

в-третьих, повышает способность ребенка к самоконтролю, сосредоточению.

Кроме того, рисование двумя руками является отличной зарядкой для мозга, так как задействуются оба полушария одновременно.

Используя такие задания в практике, отмечаю у детей повышение работоспособности, активизацию познавательных процессов. Приглашаю трех человек, мы попробуем рисовать зеркально

Берём 2 карандаша и ставим в центр картинки. Необходимо обводить одновременно 2 руками. Именно это и даёт полезный эффект. В данный момент у вас включается и правое, и левое полушарие, а значит мозг развивается.

Подводя итог, следует отметить, что регулярное выполнение комплексов кинезиологической гимнастики способствует активизации межполушарного взаимодействия, синхронизации работы полушарий. Оказывает положительное влияние на коррекцию обучения, развитие интеллекта и улучшает состояние физического здоровья и социальной адаптации детей, снижает утомляемость, повышает способность к произвольному контролю, а главное способствует коррекции недостатков речевого развития дошкольников. Такой подход позволяет наполнить наше ежедневное общение с дошкольниками новыми играми, несущими в себе важнейшее коррекционно-развивающее значение.

Я подготовила для вас небольшие буклеты, в которых вы найдете некоторые кинезиологические упражнения, они помогут вам в вашей работе и пригодятся для вас самих.

**Кинезеологическая самостоятельная коррекция в домашних условиях за 5 минут.**

Как только вы почувствовали, что вас охватывает страх, паника или вы

испугались, нужно сразу:

- Сделать 12 глубоких вдохов через нос и выдохов через рот. По

возможности, лучше сделать это сидя, может вначале немного закружиться голова.

Потом сделать себе самому позу ФОП, для простоты назовем ее лобнозатылочная.

Вам необходимо обхватить свою голову руками самому так, чтобы одна ваша рука

лежала у вас на лбу, а другая на затылке.

Держите руки до тех пор, пока не сделаете глубокий вдох и пока тело не

выпрямится, а головане отклонится немного назад.

Еще один знак, что коррекция прошла успешно – равномерное синхронное

биение в двух точках на лбу и в двух на затылке.

Все утверждают, что после того, как вы подержали СВОЮ ГОЛОВУ В СВОИХ РУКАХ, вы успокаиваетесь, страх полностью уходит, и вы начинаете адекватно оценивать проблему. Счастье – внутри нас! Помните это!

 В завершении я хочу вам пожелать:

Чтобы самым лучшим отдыхом была для вас работа;

Лучшим днем был день – «сегодня»;

 Самым большим даром - любовь, а самым большим богатством – здоровье!

Я надеюсь, что информация вам пригодится. Спасибо за внимание*.*