



*«Ум ребенка  
находится на кончиках его  
пальцев» В. А. Сухомлин*



- ▶ **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.**

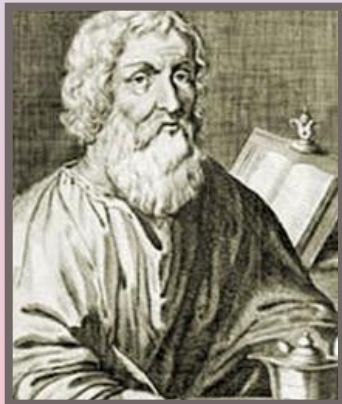
## Кинезиология –

наука о развитии головного мозга через движение

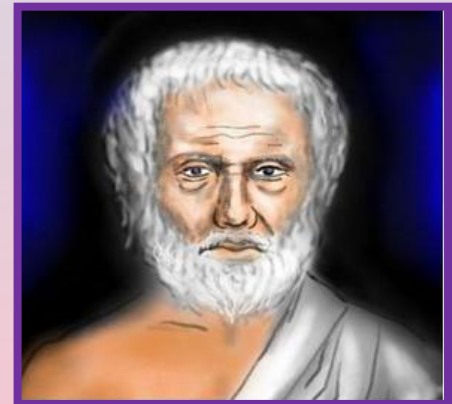
- ▶ Развивающая работа должна быть направлена от движений к мышлению, а не наоборот.
- ▶ Кинезиологические упражнения – это комплекс движений позволяющих активизировать межполушарное взаимодействие.
- ▶ Кинезиологическими движениями

пользовались

Гиппократ



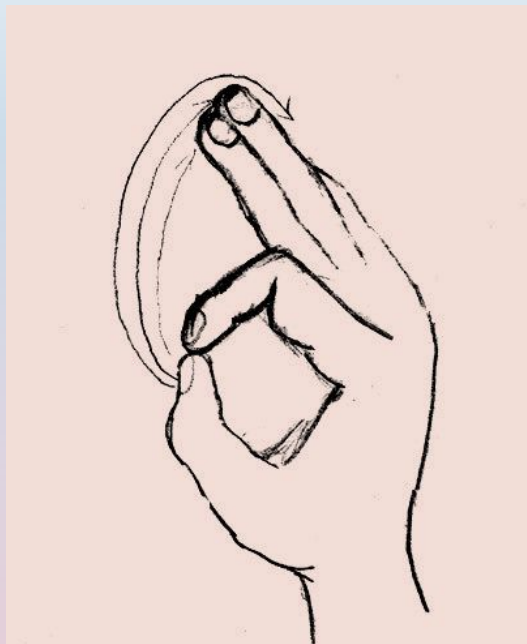
и Аристотель



# Возможности кинезиологии

- ▶ **Активизация стволовых отделов мозга;**
- ▶ **Успокоение и релаксации;**
- ▶ **Развитие межполушарного взаимодействия;**
- ▶ **Синхронизация работы полушарий;**
- ▶ **Развитие мелкой моторики;**
- ▶ **Развитие психических процессов;**
- ▶ **Устранение дислексии и дисграфии;**
- ▶ **Активизация мыслительной деятельности;**
- ▶ **Улучшение эмоционального состояния и повышение настроения**

# Упражнение «Колечко»

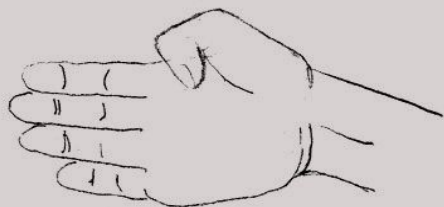


- ▶ Поочередно и как можно быстрее перебирайте пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т.д. Проба выполняется в прямом (от указательного пальца к мизинцу) и в обратном (от мизинца к указательному пальцу) порядке. Вначале упражнение выполняется каждой рукой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

# Упражнение «Кулак-ребро Ладонь»



Ладонь, сжатая в кулак



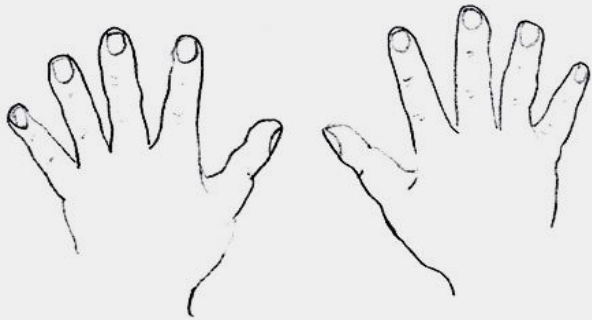
Ладонь ребром



Распрямленная ладонь

Ребенку показывают три положения руки на плоскости стола, последовательно сменяющих друг друга. Ладонь на плоскости, ладонь сжатая в кулак, ладонь ребром на плоскости стола, распрямленная ладонь на плоскости стола. Ребенок 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 ребенку помогать себе командами («кулак—ребро—ладонь»), произносимыми вслух или про себя

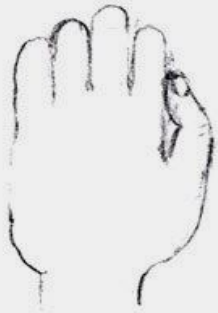
# Упражнение «Фонарики»



Фонарики зажглись.  
Пальцы выпрямить

Поочередно

Фонарик погас



Пальцы одной руки сжаты

Пальцы одной руки сжаты

Фонарик зажегся



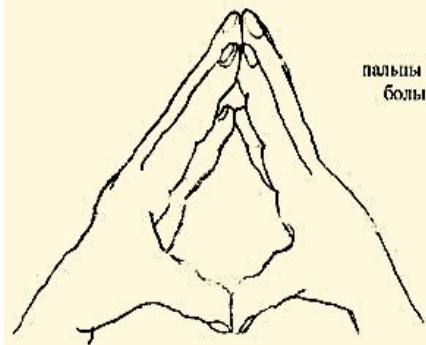
Пальцы другой руки выпрямлены

Пальцы другой руки выпрямлены

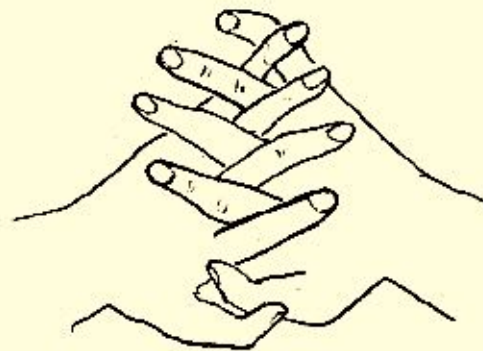
Читать стихотворение и на каждую фразу делать  
одновременно обеими кистями рук  
соответствующие движения: сжимаем и  
разжимаем пальцы

*Мы фонарики зажжем,  
А потом гулять пойдем.  
Вот фонарики сияют,  
Нам дорогу освещают*

# Упражнение «Дом-ежик-замок»



**Дом.**  
пальцы рук соединить под углом  
большие пальцы соединить



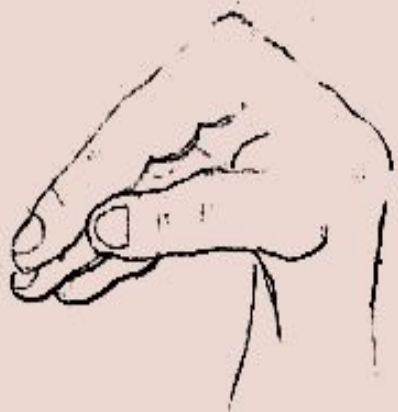
**Ежик.**  
Поставить ладони под углом  
друг к другу. Расположить  
пальцы одной руки между  
пальцами другой.



**Замок.**  
Ладони прижать друг к другу.  
Пальцы переплести.



# Упражнение «Гусь-курица-петух»



**Гусь.**  
Ладонь согнуть под прямым углом, Пальцы вытянуть и прижать друг к другу. Указательный палец согнуть и опирается на большой.

**Курочка.**  
Ладонь немного согнуть. Указательный палец упирается в большой. Остальные пальцы накладываются друг на друга в полусогнутом положении.



**Петух.**  
Ладонь поднять вверх. Указательный палец опирается на большой. Остальные пальцы растопырены в сторону и подняты вверх - это "гребешок".



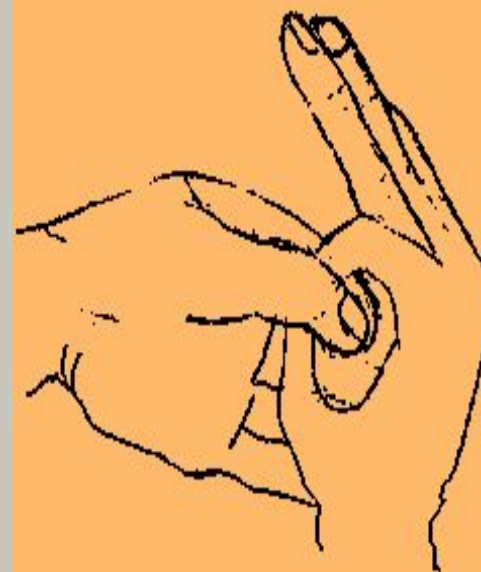
# Упражнение «Зайчик-колечко-цепочка»



**Зайч.**



**Колечко**  
Указательный и большой пальцы соединяются.  
Средний, безымянный, мизинец выгнуты  
вперед.



**Цепочка.**  
Поочередно соединяем большой палец с  
указательным, со средним и т.д. и через  
них попеременно "пропускаем"  
"колечки" из пальчиков другой руки.

# Упражнение «Ножницы-собака-лошадка»



## Собака.

Ладонь поставить на ребро, большой палец выпрямить и поднять вверх. Остальные пальцы сомкнуть. Указательный палец согнуть.



## Лошадка.

Большой палец правой руки поднять вверх сверху обхватить эту ладонь другой ладонью под углом, образуя пальцами гриву. Большой палец левой руки поднять вверх.



# Упражнение «Зайчик-коза-вилка»



**Зайчик** - указательный и средний пальцы вытянуть вверх, мизинец и безымянный прижать к ладони большим пальцем.

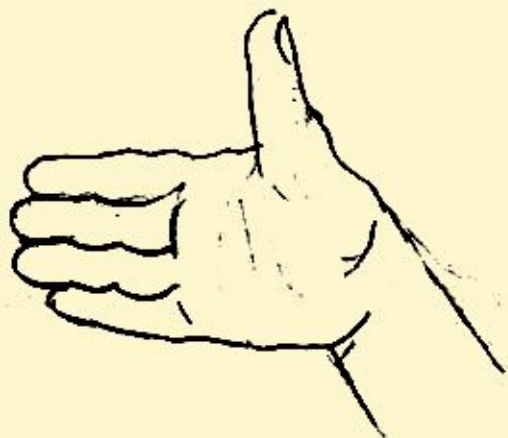


**Коза.**  
Указательный палец и мизинец выпрямить. Средний и безымянный - прижать большим пальцем к ладони.



**Вилка**  
Указательный, средний и безымянный пальцы вытянуты вверх, расставлены врозь и напряжены. Большой палец прижимает мизинец к ладони.

# Упражнение «Флажок-рыбка-лодочка»



**Флажок**  
Ладонь ребром, большой палец вытянут.



**Рыбка**  
Пальцы вытянуты и прижаты друг другу,  
Указательный палец опирается на большой палец.



**Лодочка.**  
Обе ладони поставлены на ребро и соединены  
"ковшиком", большие пальцы прижаты к ладони.

# Упражнение «Ухо-нос»



Левой рукой взяться за кончик носа, правой - за противоположное ухо, затем одновременно опустить руки, хлопнуть в ладоши и поменять их положение.

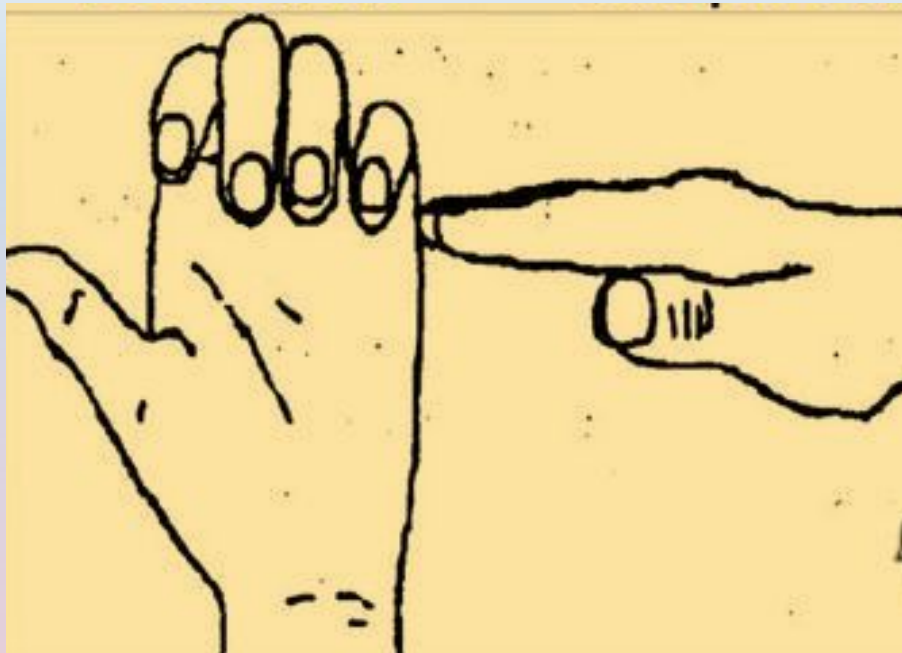
# «Перекрестные шаги»



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.

# «Лезгинка»



*Любим ручками играть  
И лезгинку танцевать.*

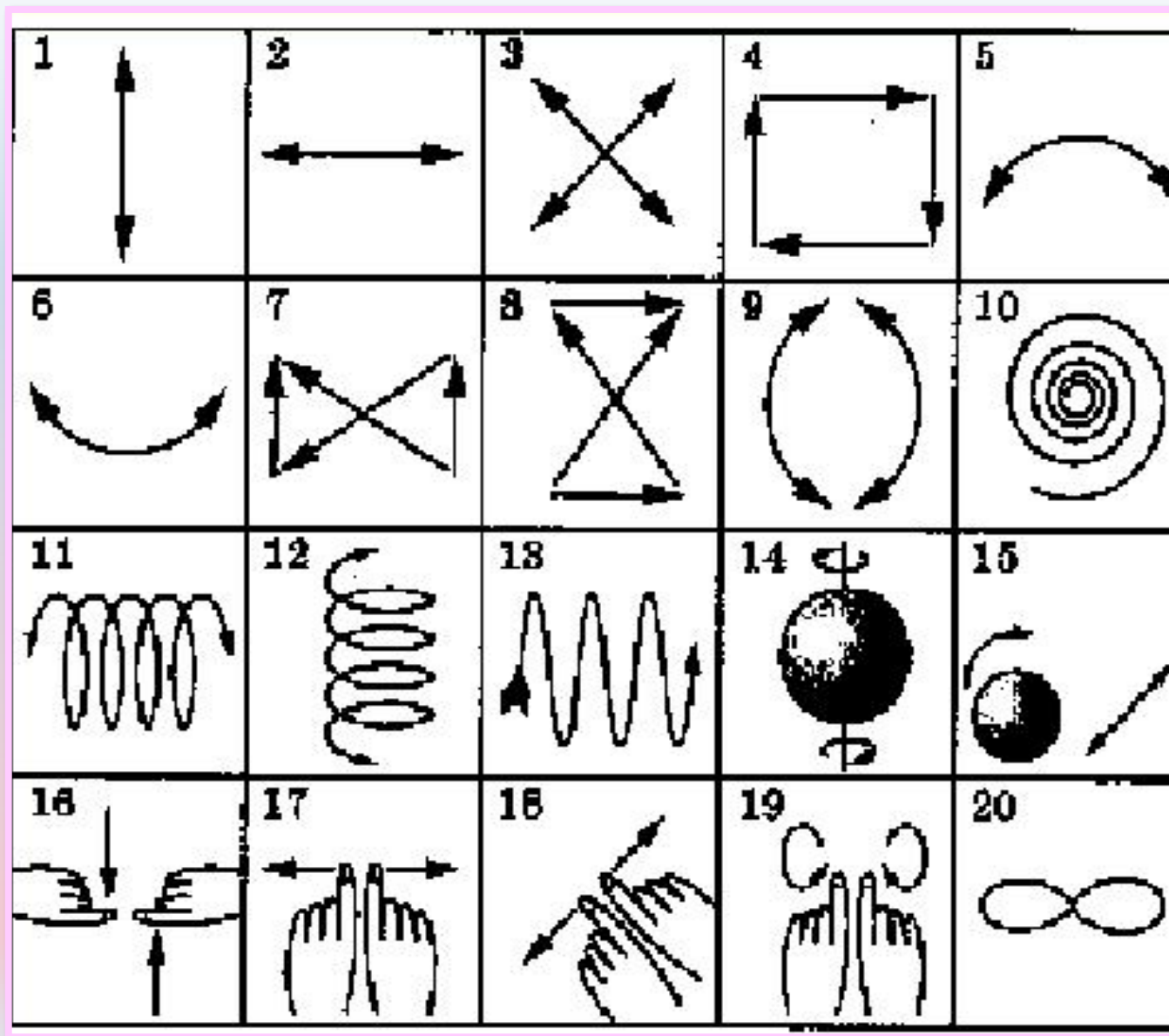
Левая рука сложена в кулак, большой палец отставлен в сторону, кулак развернут пальцами к себе.

Правая рука прямой ладонью в горизонтальном положении прикасается к мизинцу левой.

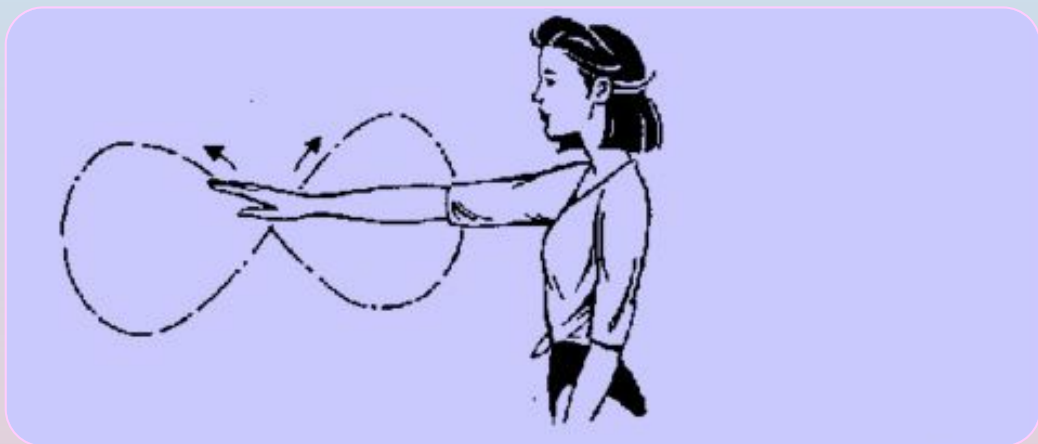
После этого одновременно происходит смена правой и левой рук в течении 6-8 раз.



# Глазодвигательные упражнения



# Упражнение «Симметричные рисунки»



Рисовать в воздухе обеими руками зеркально симметричные рисунки (начинать лучше с круглого предмета: яблоко, арбуз и т. д. Главное, чтобы ребенок смотрел во время "рисования" на свою руку).  
Затем повторить это движение одновременно двумя руками

# Литература

**Афонькин С.Ю., Рузина М.С. Страна пальчиковых игр. - СПб., 1997.**

**Рузина М.С. Пальчиковые и телесные игры для малышей – СПб.: Речь, 2003.**

**Сиротюк А.Л. Обучение детей с учетом психофизиологии: Практическое руководство для учителей и родителей. – М.: Сфера, 2001.**

**Стамбулова Н.Б. Опыт использования специальных физических упражнений для развития некоторых психических процессов у младших школьников – М., 1977**

**Хризман Т.П. Развитие функций детского мозга – Л., 1978.**

**Цвынтарный В.В. Играем пальчиками и развиваем речь. СПб., 1996.**

**Шанина Г.Е Упражнения специального кинезиологического комплекса для восстановления межполушарного взаимодействия у детей и подростков: Учебное пособие – М., 1999.**

Спасибо за внимание!