

**Использование  
дыхательной техники  
гимнастики Brain Gem П.  
Деннисона в  
коррекционной  
развивающей работе с  
детьми.**

## На занятиях проводится изучение комплекса гимнастики для мозга.

- Представленная методика П. и Г. Деннисон направлена на развитие латерализации полушарий, что приводит к улучшению навыков чтения и письма, интеграции работы глаз и рук, формированию зрительного и пространственного восприятия, развитию координации тела и двигательных навыков. Гимнастика может проводиться с использованием музыкотерапии



## Структура каждого занятия включает в себя

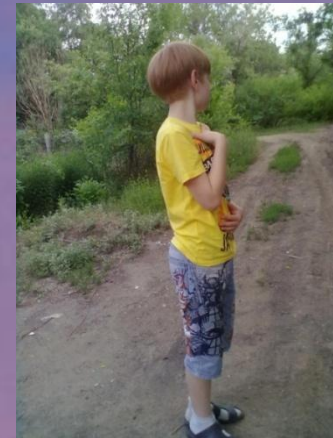
- 1 этап занятия - комплекс занятий гимнастики для мозга, дающий энергетический заряд нервным клеткам, и настраивающий на последующие виды работы.
- Специальная гимнастика для развития умственных способностей направлена на развитие латерализации мозговых полушарий, развитие буквенного гнозиса и ориентации в пространстве, бинокулярного зрения и двухстороннего слуха.
- 2 этап – основной, логопедический. Повторение пройденного, изучение нового, закрепление изученного материала посредством специально организованных технологий (развитие слуха, внимания, памяти, работа со звуками, игры, упражнения на развитие грамматики, развитие лексики, работа на компьютере).
- 3 этап – завершающий. Подведение итогов занятия, смысловая и эмоциональная рефлексия.



# Гимнастика Brain Gem

## Точки мозга

Ребёнок массирует точки в ямочках под ключицами. Вторая рука на животе. Стимуляция точек 20-30 сек. Упражнение способствует пересечению зрительной средней линии при чтении, способствует лучшему выполнению перекрёстного шага.



# Перекрёстные движения

Ребёнок касается левой рукой правой ноги и наоборот сначала маршируя на месте, затем в прыжках, дотрагиваясь локтем до колена, махи прямыми руками и ногами. Можно выполнять стоя, сидя, лёжа, с закрытыми глазами. Активизирует мозг для пересечения зрительной, кинестетической средней линии, бинокулярного зрения, способствует развитию фонематического слуха, чтения



# Сцепление Кука

- Ребёнок становится, скрестив ноги и руки, сжимает руки в замок, выворачивает их к груди и опускает подбородок вниз. Глаза опущены или закрыты. В этой позе мы даём позитивный настрой на занятие, т.к. ребёнок сосредотачивается на своих внутренних ощущениях. Упражнение способствует развитию чувства равновесия, развивает чёткость и ясность речи и слуха, помогает в сдаче экзаменов, написании тестов, печатании и в работе с компьютером.



# Шапочка для размышлений

Ребёнок поворачивает верхушку уха, затем середину уха, потом мочки в одну и в другую сторону, затем поворачивает козелочки и три раза проводит по завитку уха с последующим загибанием ушной раковины вперёд. Можно делать упражнение одновременно с энергетическим зевком, или выполнять действие, рассматривая печатный лист. Упражнение способствует развитию внутренней речи и словесного мышления, концентрации внимания,



# Слон

Ребёнок должен представить себе воображаемую восьмёрку, например, в центре доски. Сам он должен стоять в центре средней линии восьмёрки. Колени немного согнуты. Голова будто приклеена к плечу. Ребёнок как бы метится рукой в цель, взгляд идёт вдоль руки вдаль. «Слон» хоботом рисует ленивые восьмёрки. Упражнение влияет на слух, речь, орфографию, кодирование и декодирование, слияние слогов в слово, а слов в высказывание.





# Ленивые восьмёрки

- Ребёнок начинает движение с левой руки, вытянув её вперёд. Можно сконцентрировать взгляд на большом пальце или зажатой в руке игрушке. Нужно рисовать сначала влево вверх, потом вправо вверх от центра восьмёрки левой, правой рукой, затем двумя руками. Глаза отслеживают линию восьмёрки, голова слегка поворачивается, при этом шея не напряжена. Упражнение способствует движениям глаз слева направо по странице при чтении, узнаванию и



# Сова

- Ребёнок поворачивает голову, плавно проходя среднее поле. Во время поворота нужно слегка моргать, позволяя взгляду скользить по линии горизонта. Чтобы расслабить шейные мышцы, ребёнок сжимает рукой плечо. Добавляется 1-2 полных дыхательных цикла в каждом из трёх крайних положений (голова налево, голова направо, подбородок опущен на выдохе). Упражнение способствует различению на слух отдельных слогов и слов, слиянию слогов в слово, слов в высказывание



- **Всего несколько минут занятий и вы получаете заряд умственной энергии на весь день!**

