

# Гимнастика мозга



*Комитет по образованию  
администрации городского округа «Город Калининград» муниципальное  
автономное дошкольное образовательное учреждение  
города Калининграда центр развития ребенка – детский сад № 94*

# **Использование методов образовательной кинесиологии в процессе обучения**

# Что такое образовательная кинесиология?

- ◎ **Уникальный метод, который возвращает детям уверенность в собственных силах, а взрослым помогает наиболее эффективно достигать поставленных целей, который раскрывает для каждого из нас новые горизонты собственных возможностей называется - «Образовательная кинесиология»**

Образовательная кинесиология является психолого-педагогическим направлением, изучающим взаимосвязи тела с психическими и эмоциональными процессами

- ◎ **Образовательная кинесиология – наука о движении, которая представляет собой одно из самых быстро развивающихся и наиболее динамичных направлений психокоррекции**

Основателями Образовательной кинесиологии являются американские педагоги доктор наук Пол Деннисон и Гейл Деннисон.

- ◎ **Эта авторская программа утверждает идею о важности обращения личности к своей природе – к естественным ресурсам организма, к тем возможностям, которыми нас наделила природа**



## **Цель образовательной кинесиологии :**

**Освоение методики психического,  
интеллектуального, личностного,  
физического и творческого развития  
человека через организацию системы  
специальных движений, физических и  
дыхательных упражнений,  
психотерапевтических приемов,  
позитивного мышления**

# *Техники образовательной кинесиологии*

*ПОЗВОЛЯЮТ:*

- **улучшить концентрацию внимания, памяти, пространственные представления**
- **снять стресс, нервное напряжение;**
- **проработать внутренние трудности и препятствия**
- **эффективно развивать интеллектуальные и творческие способности**
- **оптимизировать собственные резервы человека**
- **повысить способность к произвольному контролю**

Упражнения «Гимнастики мозга»  
активизируют полноценную деятельность ума  
и тела, помогают управлять своей  
эмоциональной, физической и умственной  
ЖИЗНЬЮ

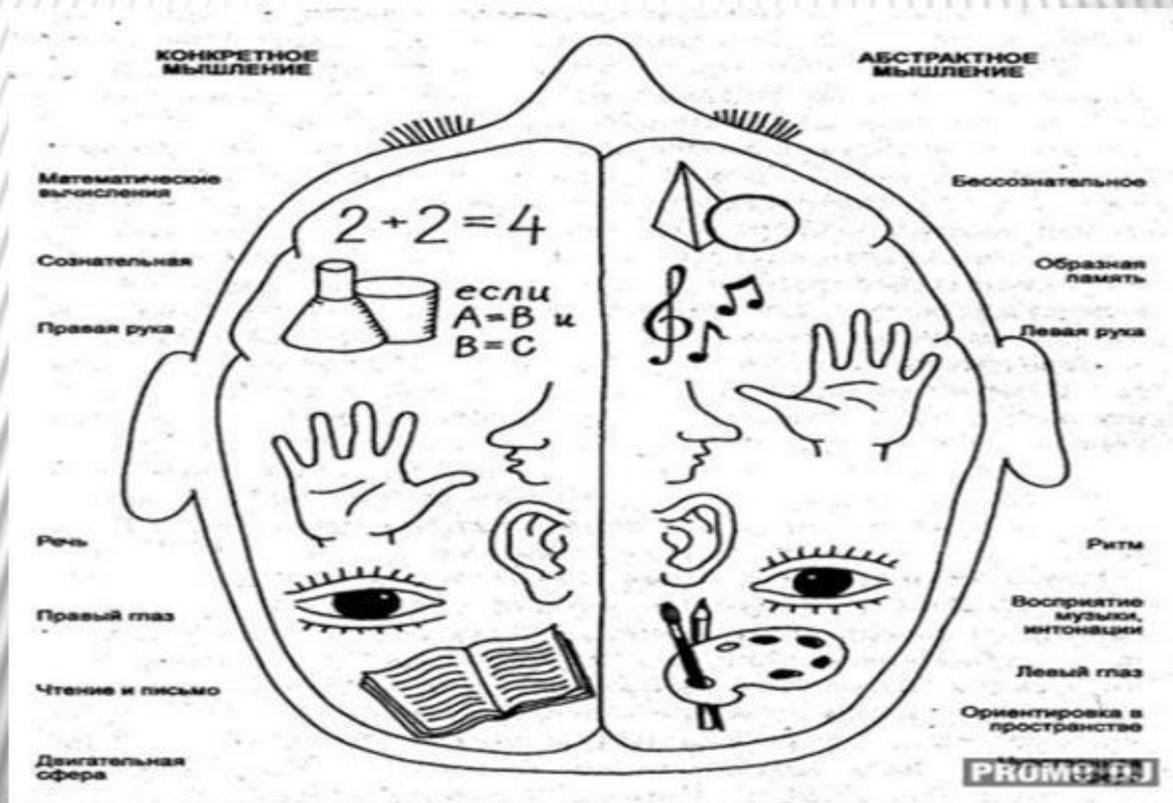


Выделяют три типа организации  
ГОЛОВНОГО МОЗГА:

◎ **Левополушарный тип –  
доминирование левого полушария.**

- **Люди этого типа лучше запоминают материал абстрактно-логического содержания. Используют приемы смысловой памяти. Их привлекают предметы физико-математического цикла.**

# Головной мозг



## **Правополушарный тип – доминирование правого полушария.**

**Люди этого типа предпочитают гуманитарные предметы, легко ориентируются в пространстве, ярко воспринимает форму, цвет, визуальное восприятие более развито. Больше развита произвольная память. Способности к рисованию, музыке, артистичность, успехи в спорте.**

*Равнополушарный тип – нет ярко  
выраженного подавления одного полушария  
другим.*

- ⊙ **Учитывая функциональную специализацию полушарий (правое – гуманитарное, образное; левое – математическое, знаковое), а также роль совместной деятельности в осуществлении высших психических функций, можно полагать, что, именно нарушение межполушарной передачи информации искажает познавательную деятельность**

## «Вода»

Пейте воду! Особенно важно делать это перед началом и в процессе любой умственной деятельности или в ситуации возможного стресса.



## «Кнопки мозга»



Такие движения обеспечивают приток обогащенной кислородом крови к клеткам головного мозга. Лучше воспринимается новая информация, снижается визуальное напряжение, становится больше энергии, быстрее находятся пути решения сложных вопросов. Параллельно улучшается одновременная работа глаз, что важно для быстрого и грамотного чтения и письма.

# «Крюки Деннисона»



# Список литературы:

1. Ханнофорд К. Мудрое движение Москва. 2001г
2. Практическая нейропсихология: помощь неуспевающим школьникам /под редакцией Ж.М. Глозман. -М.: Эксмо, 2010.- 288с.- (Новейший справочник психолога).
3. Уайтсайд Д. Барометр поведения. Толкование значений используемых слов. Пер. с англ., - М, кинезис, 1998 г. – 43
4. М.М.Безруких «Развитие мозга и формирование познавательной деятельности ребенка» Москва; Триада-фарм. 2007г
5. Гимнастика Мозга. Книга для педагогов и родителей.Деннисон П. И и ДеннисонГ.И. Москва. 1997г
6. Хомская Е.Д. Нейропсихология. СПб 2003г.