



СЕМЕНАР-ПРАКТИКУМ

«Веселые пальчики»

Подготовили:

Ефремова Руфина Ильсуревна
Парфенова Валентина Николаевна
Семенова Ольга Николаевна



**Главная цель
в воспитании и образовании
дошкольников –
это сохранение здоровья.**



**«Из всех наслаждений,
отпущеных человеку,
самое изысканное —
шевелить мозгами».**

Б. Акунин



**«Кинезиология» - гимнастика
мозга или наука
о развитии головного мозга через
определённые двигательные
упражнения.**

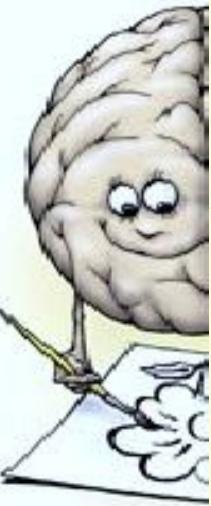


ПРАВОЕ ПОЛУШАРИЕ –

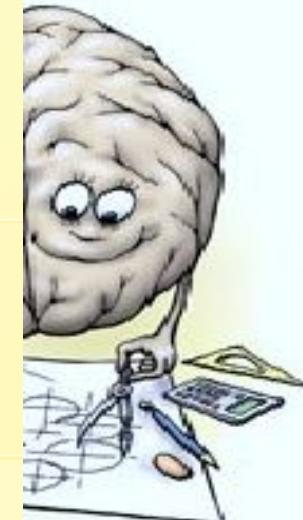
гуманитарное, образное, творческое – отвечает за тело, координацию движений, пространственное восприятие.

ЛЕВОЕ ПОЛУШАРИЕ –

математическое, знаковое, речевое, логическое, аналитическое – отвечает за восприятие – слуховой информации, постановку целей и построений программ.



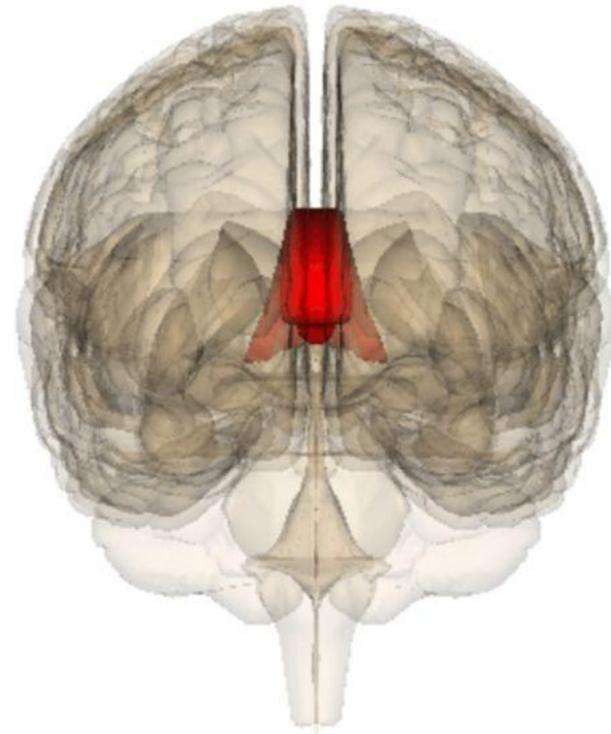
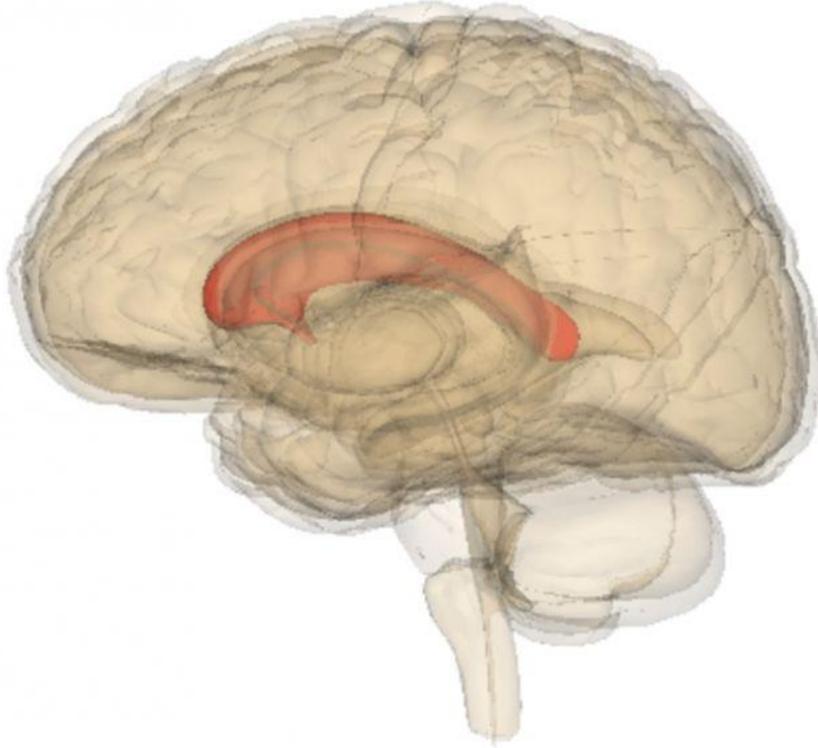
Правое
полушарие

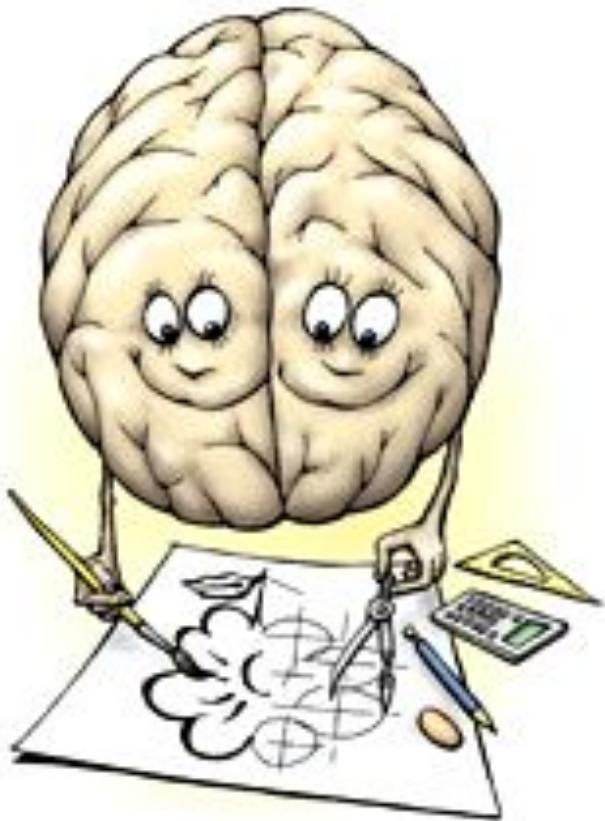


Левое
полушарие



Мозолистое тело





Кинезиологические упражнения - комплекс движений, позволяющих активизировать межполушарное взаимодействие, при котором полушария обмениваются информацией, происходит синхронизация их работы.





Что включают в себя комплексы упражнений?

**Растяжки, дыхательные упражнения,
глазодвигательные упражнения, телесные
упражнения, упражнения для развития мелкой
моторики, упражнения на релаксацию.**





**Во всем важна
последовательность, терпение,
кропотливость, регулярность и
положительный эмоциональный
настрой.**



Кинезиологические упражнения

«Капитанское»

Одна рука приложена козырьком к бровям, а вторая рука показывает знак "Класс". Меняем руки местами. Через несколько занятий, это упражнение можно усложнить, добавив хлопок между сменой рук.



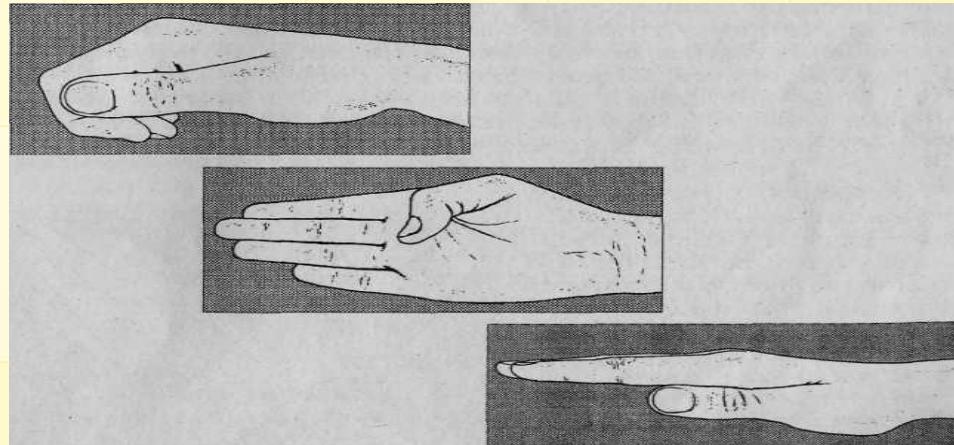
«Кулак-ребро-ладонь»

На столе последовательно сменяя, выполняются следующие положения рук:

ладонь, сжатая в кулак,
ладонь ребром на столе,
ладонь на плоскости.

Выполнить 8-10 повторений.

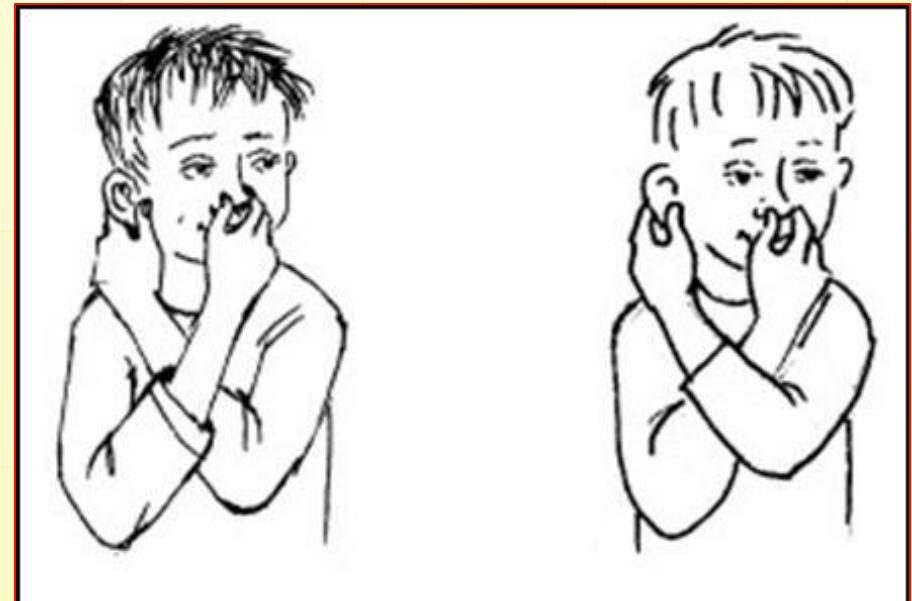
Упражнения выполняются каждой рукой отдельно, затем двумя руками вместе.





«Ухо – нос – хлопок»

Левой рукой возьмитесь за кончик носа, а правой рукой – за противоположное ухо. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши, поменяйте положение рук с точностью до наоборот.





«Класс»

Одну ладошку выставляем вперед, а второй рукой показываем знак "Класс". Меняем руки. Через несколько занятий, это упражнение можно усложнить, добавив хлопок между сменой положения рук.



«Победитель»

Одна рука показывает знак
"Класс", а вторая "Ок". Меняем
руки.



«Лягушки»

Положить руки на стол. Одна рука сжата в кулак, другая лежит на плоскости стола (ладонь). Одновременно менять положение рук, отрывая руки от стола. Усложнение упражнения состоит в ускорении.



«Мизинец»

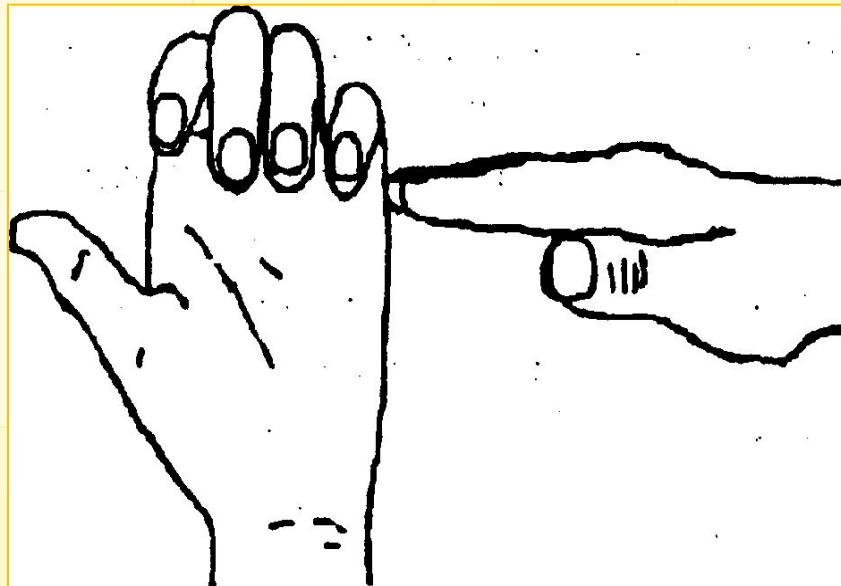
Мизинец одной руки накрывается четырьмя соединенными пальцами другой руки (указательным, средним, безымянным и мизинцем).

Меняем руки.



«Лезгинка»

❖ левую руку сложите в кулак, большой палец отставьте в сторону, кулак разверните пальцами к себе. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикоснитесь к мизинцу левой. После этого одновременно смените положение рук. Повторите 6-8 раз. Добивайтесь высокой скорости смены положений.





«Перекрестные шаги»

- ❖ Активизирует зону обоих полушарий, образуется большое количество нервных путей (комиссур), обеспечивает уровень мышления.

Исходное положение: стоя.

Поднять и согнуть левую ногу в колене, ладонью (локтем) правой руки дотронуться до колена левой ноги, затем тоже с правой ногой и левой рукой.





«Замочек»

Правой рукой снизу и левой рукой сверху за спиной взяться руками в замочек, далее сменить положение рук.



«Мельница руками»

Руки вращаются круговыми
движениями, одна сначала
вперед, другая назад.
И наоборот.



С П А С И Б О
З А
В Н И МАНИЕ