



СЕМЕНАР-ПРАКТИКУМ ***«Веселые пальчики»***

Подготовили:
Ефремова Руфина Ильсуровна
Парфенова Валентина Николаевна
Семенова Ольга Николаевна



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



**«Из всех наслаждений,
отпущенных 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.**



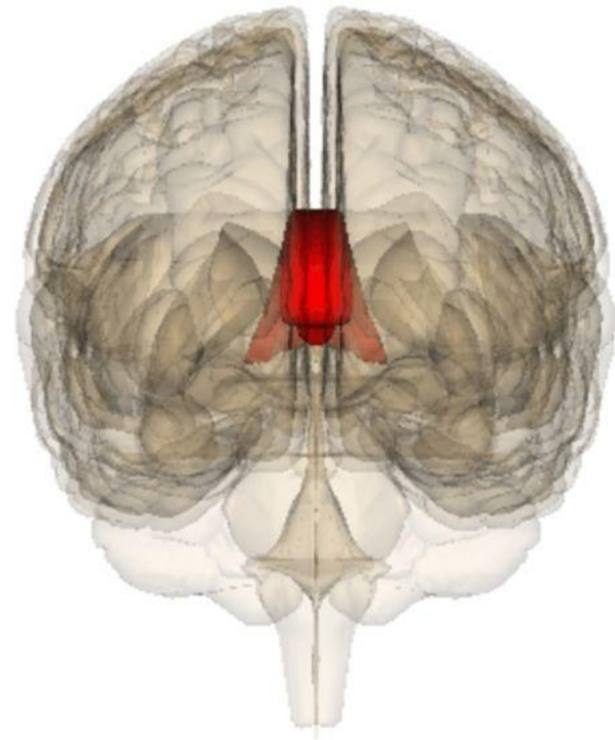
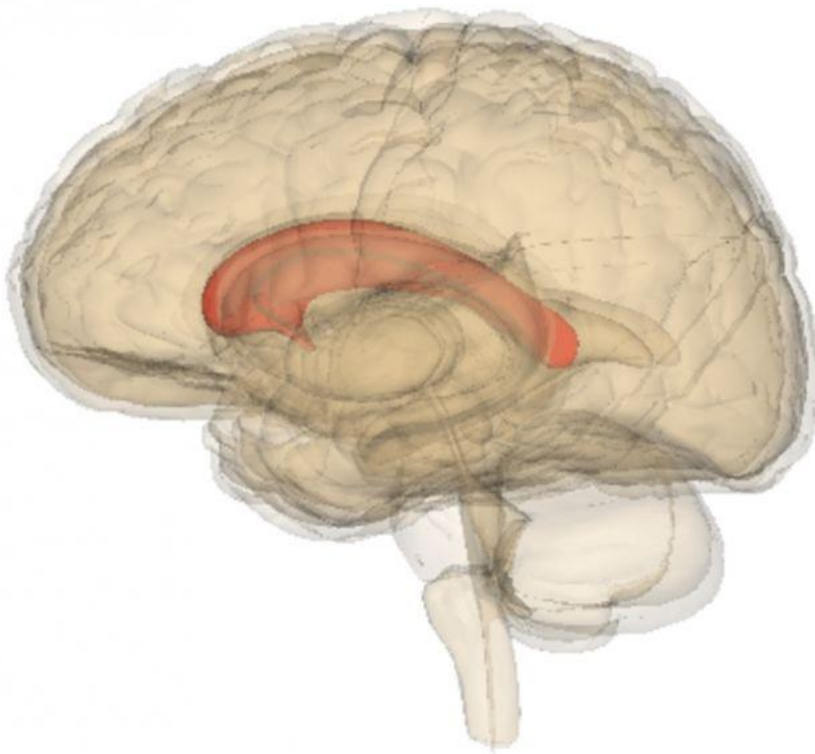
**Правое
полушарие**



**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:

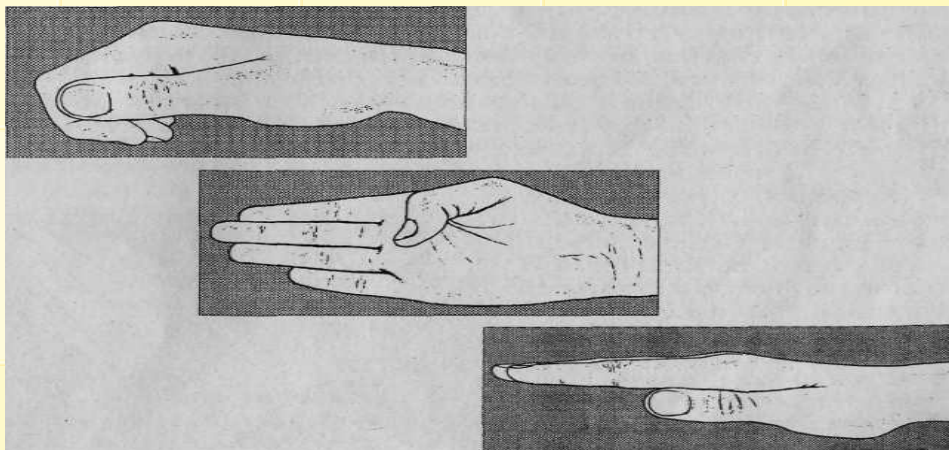
ладонь, сжатая в кулак,

ладонь ребром на столе,

ладонь на плоскости.

Выполнить 8-10 повторений.

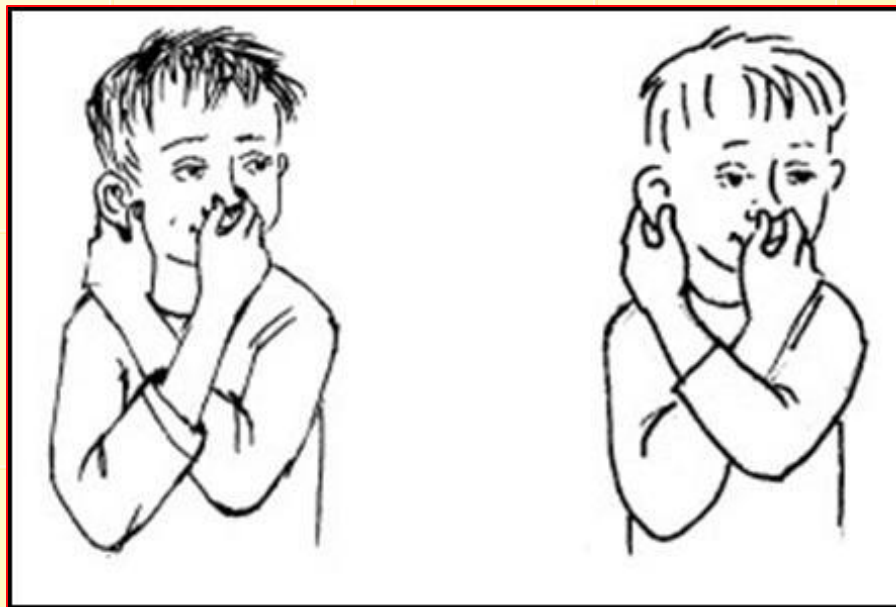
Упражнения выполняются каждой рукой отдельно, затем двумя руками вместе.





«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 ладонь 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 (ладошка). Одновременно менять положение рук, отрывая руки от стола. Усложнение упражнения состоит в ускорении.



«Мизинец»

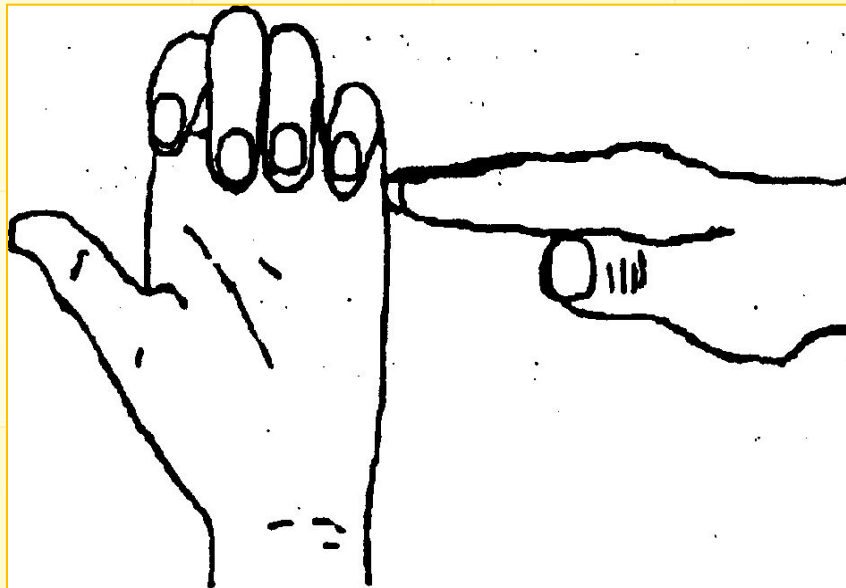
Мизинец одной руки накрывается четырьмя соединенными пальцами другой руки (указательным, средним, безымянным и мизинцем).

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.



СПАСИБО

ЗА

ВНИМАНИЕ