

**АСПЕКТ ЛАТЕРАЛИЗАЦИИ ДЕТЕЙ И
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ КИНЕЗИОЛОГИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ
В РАМКАХ РЕАЛИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
ПРОГРАММЫ В ДОУ**

**Рука является вышедшим
наружу головным мозгом.**

И.Кант

**Алахвердиева Елена Михайловна, педагог дополнительного
образования я МБДОУ «ЦРР – детский сад № 138»**

**Воронеж
23.10.2019**

Мозг человека



Мозг занимает 80%
черепной коробки



Вес мозга
1,1 кг - 2 кг



И.С. Тургенев
Вес мозга
2012 г

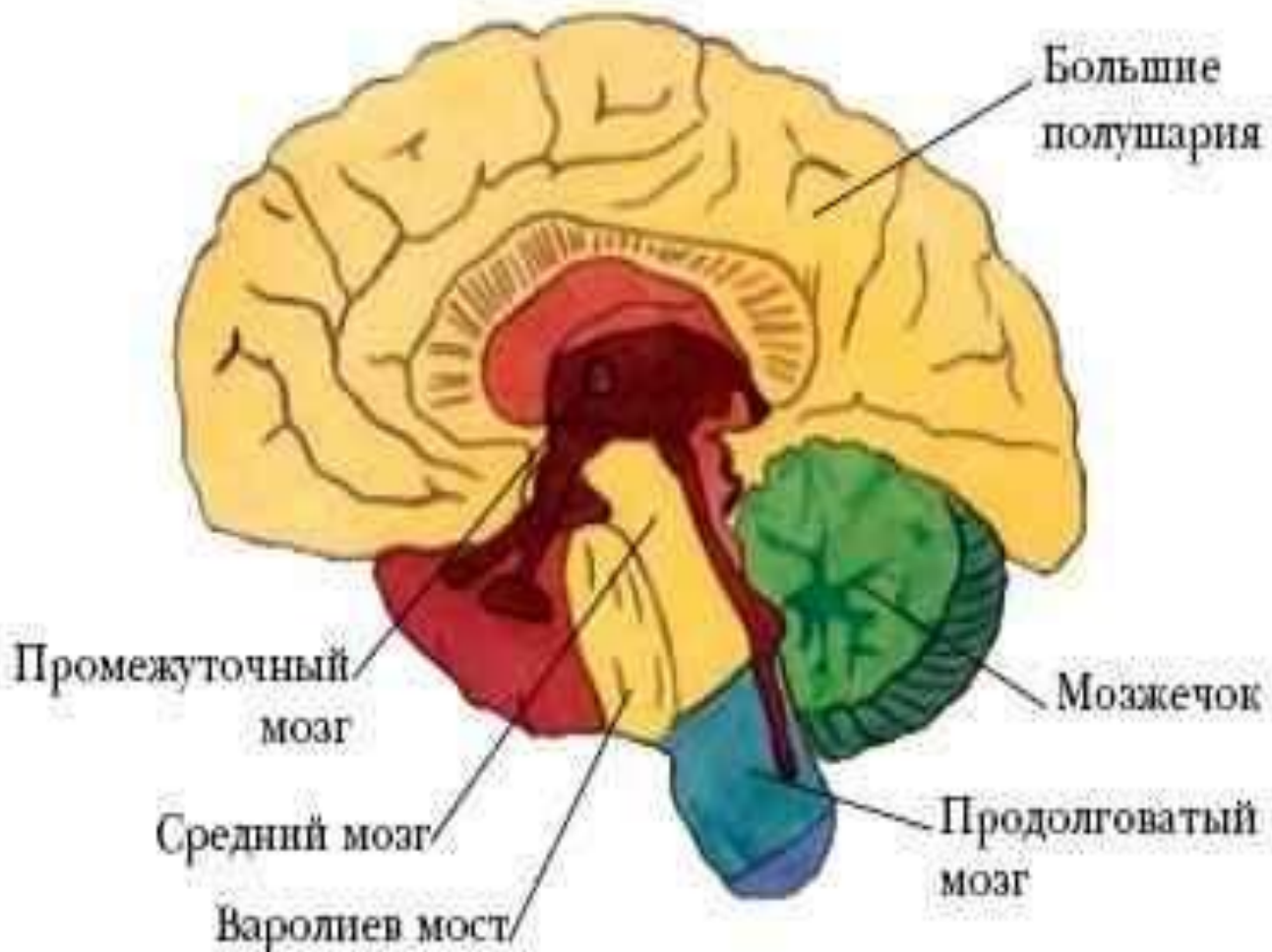


Д.И. Менделеев
Вес мозга
1650 г



А. Франс
Вес мозга
1012 г

Основные отделы головного мозга (продольный срез)



Левое полушарие

Логическое мышление

Аналитическое мышление

Буквальное понимание слов

Последовательная обработка информации

Математические способности

Контроль за движениями правой половины тела



Правое полушарие

Обработка невербальной информации

Пространственная ориентация

Музыкальность

Метафоры

Воображение

Художественные способности

Эмоции

Мистика

Мечты

Параллельная обработка информации

Латерализация функций головного мозга - процесс формирования межполушарной организации психических процессов, специфического вклада каждого полушария в осуществление психической деятельности



Виды латерализации

Правосторонняя

Перекрёстная (неопределённая)

Левосторонняя

Разделение головного мозга на 2 симметричных, но функционально неравнозначных органа рассматривается современной наукой как важный **фактор адаптации человека к окружающей действительности. При поражении одного полушария возможна частичная **взаимозаменяемость функций и компенсация** работы за счёт другого.**



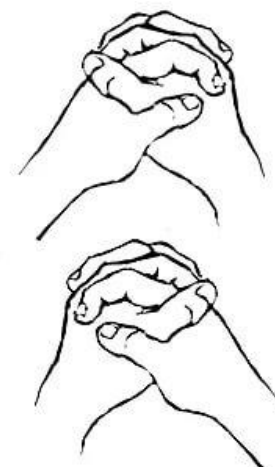
Плюсы асимметрии полушарий

1. Вмещается большее количество функций за счёт отмены их дублирования.
2. Быстрая и точная реакция на внешние события.
3. «Боевая гипотеза» об «эффекте неожиданности».

Степень выраженности асимметрии, усовершенствование и усложнение механизмов межполушарного взаимодействия являются продуктом онтогенетического развития. Задержка Латерализации функции головного мозга нарушает когнитивное и эмоциональное развитие ребёнка и создаёт предпосылки к возникновению трудностей в школьном обучении (например обучении чтению).

Исследование человека на латерализацию функций головного мозга:

1. Опросник Эдинбургского;
2. Упражнение с фломастером на преобладающий глаз;
3. Наблюдения для определения доминирующей руки. Упражнение на скрещивание рук на грудной клетке (доминирующая сверху). Упражнение «замок» - на скрещивание пальцев рук (большой палец ведущей руки сверху)

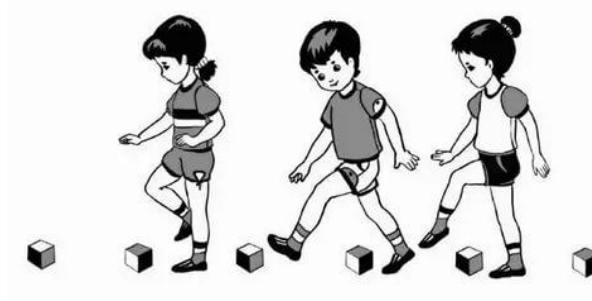
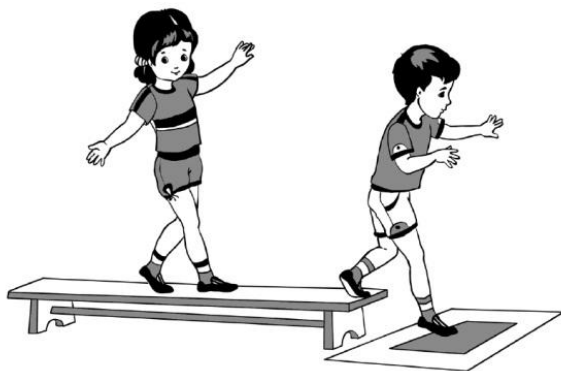


Чем примечательны левши?!

ПЛЮСЫ	МИНУСЫ		
Повышенный интеллект	Склонность к шизофрении и аутизму		
Преимущество в контактных видах спорта	Глубокий прикус		
Финансовые успехи	Средняя продолжительность жизни ниже		
	Приходится жить в мире адаптированном для правшей		
	Леворукие малыши испытывают сложности обучения и развития		
	Путают буквы (и-п, ш-т)	Меняют буквы в слове	Читают справа налево (кот-ток, рог-гор)
Добавление лишних букв, слогов, слов	Зеркальное письмо	Нарушение ориентации в пространстве	

Чем мы можем помочь маленькому левше в дошкольном учреждении?

- Поддерживать двигательную активность;
- Предлагать ходить зигзагом;
- Использовать упражнения, где ребёнок по сигналу должен поменять направление движения;
- Применять бег с препятствиями. Препятствия преодолевать поочерёдно, то справа, то слева.
- Тренировать равновесие (наклоны, повороты в разные стороны, выполнения различных команд типа «дотронься правой рукой левой стопы» и прочее);
- Использовать кинезиологические упражнения.



Мозолистое тело (межполушарные связи) находится между полушариями головного мозга в теменно-затылочной части и состоит из двухсот миллионов нервных волокон. Оно необходимо для координации работы мозга и передачи информации из одного полушария в другое. Нарушение мозолистого тела искажает познавательную деятельность детей.

Кинезиологические упражнения – это комплекс движений позволяющих активизировать межполушарное воздействие. Кинезиологическими движениями пользовались Гиппократ и Аристотель.

Кинезиология – наука о развитии головного мозга через движение. Она существует уже двести лет и используется во всем мире.



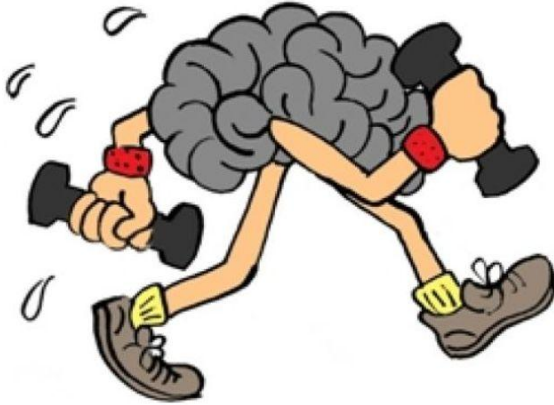
Рекомендации по проведению кинезиологических упражнений

- Заниматься с детьми, начиная с раннего возраста;
- Проводить упражнения ежедневно;
- Выполнять пальчиковые игры от простого к сложному;
- Как только, дети научились выполнять пальчиковые игры с пяти лет можно дать комплекс пальчиковых кинезиологических упражнений, состоящих из трех положений рук последовательно сменяющих друг друга;



- Поначалу выполнять со взрослым, затем самостоятельно по памяти;
- Упражнение выполняется сначала правой рукой, затем левой, затем двумя руками вместе;
- При затруднениях взрослый предлагает ребёнку помогать себе командами, например – «гусь-курица-петух, произносимыми вслух или про себя.

Кинезиологические упражнения



В комплексы упражнений включены растяжки, дыхательные упражнения, глазодвигательные упражнения, телесные упражнения, упражнения для развития мелкой моторики, упражнения на релаксацию и массаж.

Растяжки нормализуют гипертонус (неконтролируемое чрезмерное мышечное напряжение) и гипотонус (неконтролируемая мышечная вялость).

Дыхательные упражнения улучшают ритмику организма, развивают самоконтроль и произвольность.

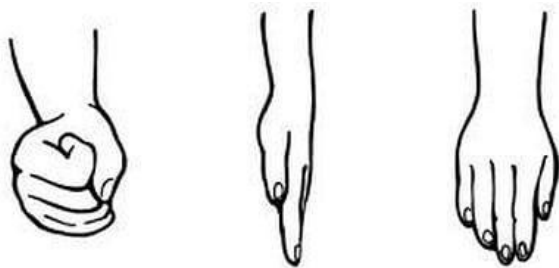
Глазодвигательные упражнения позволяют расширить поле зрения, улучшить восприятие. Однонаправленные и разнонаправленные движения глаз и языка развивают межполушарное взаимодействие и повышают энергетизацию организма.

При выполнении **телесных движений** развивается межполушарное взаимодействие, снимаются непроизвольные, непреднамеренные движения и мышечные зажимы. Оказывается, человеку для закрепления мысли необходимо движение. Поэтому, дорогие коллеги, запомните, что неподвижный ребенок не обучаем и не ругайте его за излишнюю двигательную активность на уроке.

Упражнения для релаксации способствуют расслаблению, снятию напряжения.

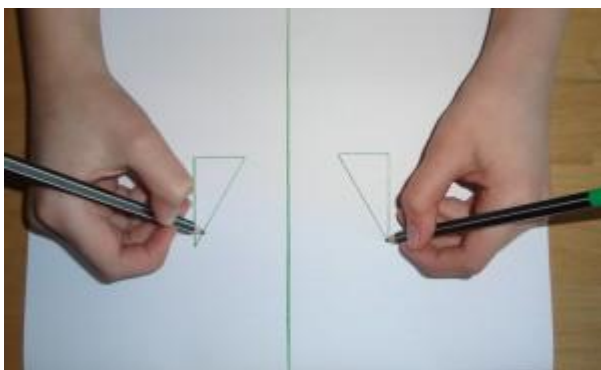
Упражнения для мелкой моторики

“Колечко” Поочерёдно перебирать пальцы рук, соединяя в кольцо большой палец и последовательно указательный, средний, безымянный и мизинец. Упражнения выполнять начиная с указательного пальца и в обратном порядке от мизинца к указательному. Выполнять нужно каждой рукой отдельно, затем обеими руками вместе.



“Кулак – ребро - ладонь” На столе, последовательно, сменяя, выполняются следующие положения рук: ладонь на плоскости, ладонь, сжатая в кулак и ладонь ребром на столе. Выполнить 8-10 повторений. Упражнения выполняются каждой рукой отдельно, затем двумя руками вместе.

“Лезгинка” 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.



“Зеркальное рисование” Положите на стол чистый лист бумаги. Возьмите в обе руки по карандашу или фломастеру. Начните рисовать одновременно обеими руками зеркально-симметричные рисунки, буквы. При выполнении этого упражнения почувствуете, как расслабляются глаза и руки. Когда деятельность обоих полушарий синхронизируется, заметно увеличится эффективность работы всего мозга.

“Ухо – нос” 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».



«Змейка» Скрестите руки ладонями друг к другу, сцепите пальцы в замок, выверните руки к себе. Двигайте пальцем, который укажет ведущий. Палец должен двигаться точно и четко, не допуская синкинезий. Прикасаться к пальцу нельзя. Последовательно в упражнении должны участвовать все пальцы обеих рук.