

**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

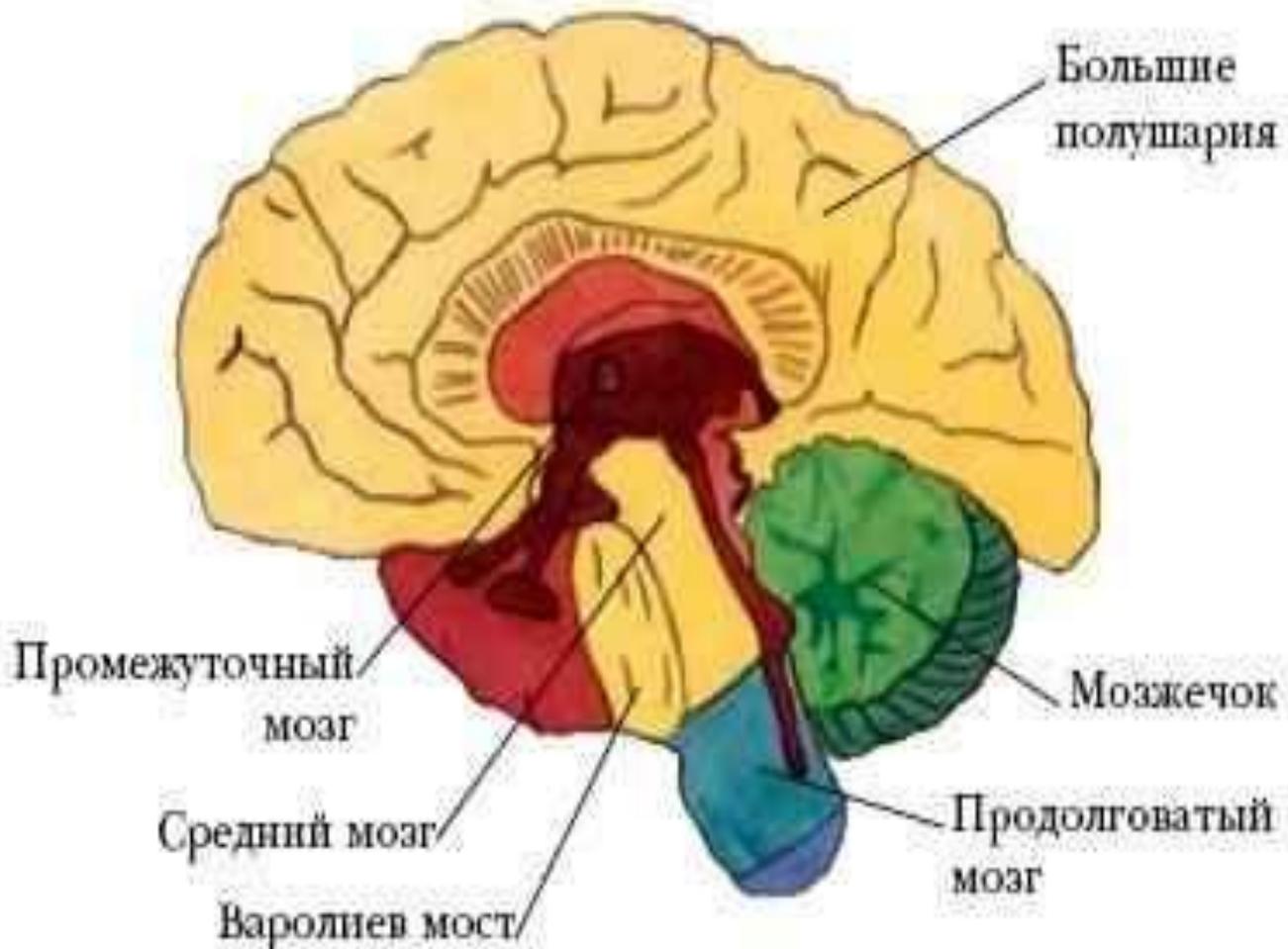


Д.И. Менделеев  
Вес мозга  
1650 г



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.**



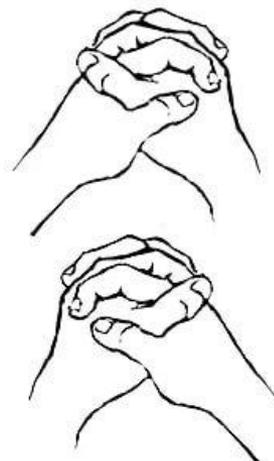
### Плюсы асимметрии полушарий

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)

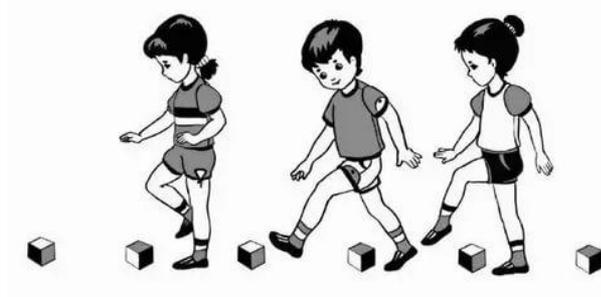
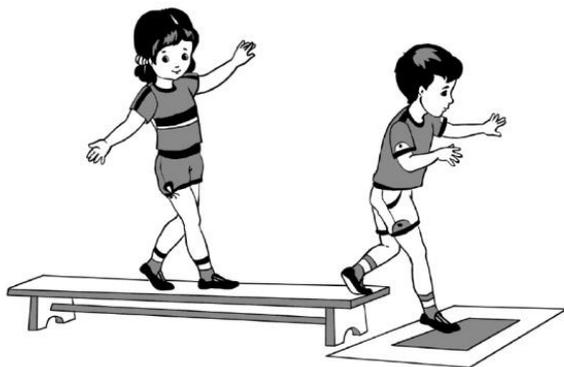


## Чем примечательны левши?!

| 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.

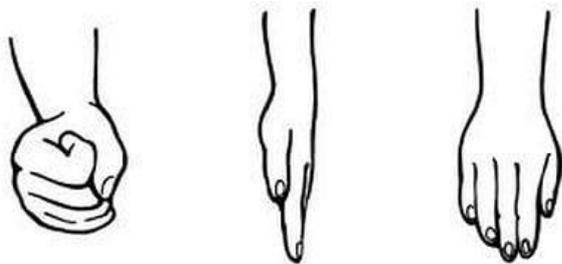
**Глазодвигательные упражнения** позволяют расширить поле зрения, улучшить восприятие. Однонаправленные и разнонаправленные движения глаз и языка развивают межполушарное взаимодействие и повышают энергетизацию организма.

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.

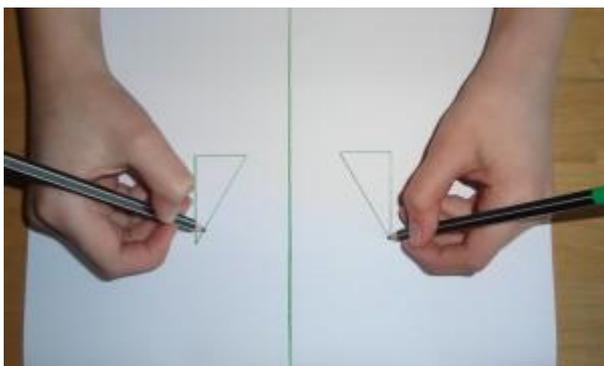
## Упражнения для мелкой моторики

**“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.