

Мастер-класс для педагогов

«Межполушарное взаимодействие-основа интеллектуального развития ребенка»

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад №3 «Колобок»

комбинированного вида г.Улан-Удэ

Цель тренинга: познакомить и научить педагогов некоторым видам кинезиологических упражнений для внедрения и осуществления на практике в работе с детьми.

1. Орг. момент: Уважаемые коллеги, сегодня я хочу познакомить вас с такой наукой как Кинезиология.

Цель кинезиологических упражнений:

**развитие межполушарного взаимодействия,
способствующее активизации
мыслительной деятельности.**

Задачи:

- Развитие общей и мелкой моторики;
- Развитие памяти, внимания, воображения, мышления;
- Развитие речи;
- Устранение дислексии;
- Формирование произвольности;
- Снятие эмоциональной напряженности;
- Создание положительного эмоционального настроения;
- Повышение стрессоустойчивости организма;
- Возможность радостного творческого учения, позитивного личностного роста;
- Формирование учебных навыков и умений.

Кинезиология

(греч.)

«кинезис» -
движение

+

«логос» - наука

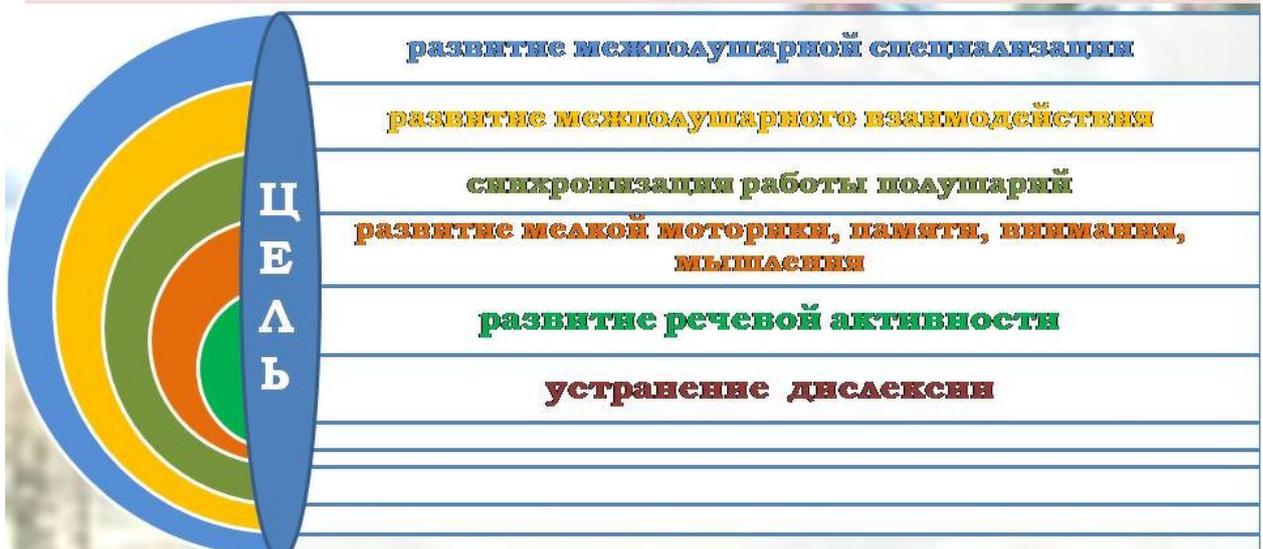
- возникла в 60-е годы 20 века
- родоначальником стал американский исследователь Джордж Гудхарт
- в Россию этот метод привезла Керол Хонц

БАЗОВЫЙ ПРИНЦИП - «лечить больного, а не болезнь»
(из восточной медицины)

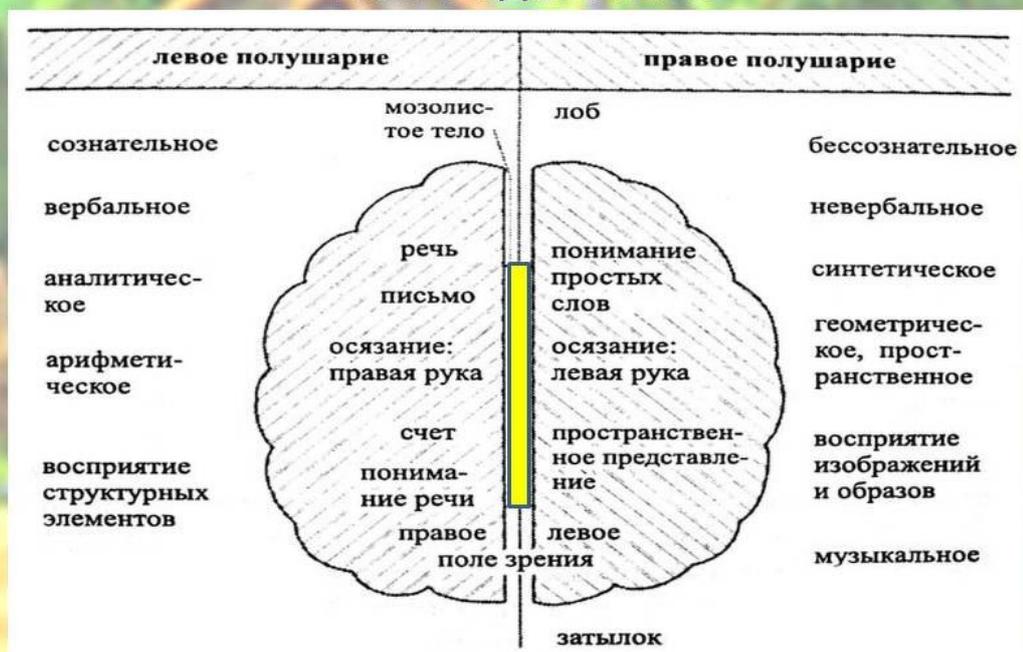
- это наука о развитии умственных способностей и физического здоровья через определенные двигательные упражнения.

Кинезиологические методики – основа для активизации различных отделов мозга

Самый благоприятный период для интеллектуального (умственного) развития - это возраст до 10 лет, когда кора больших полушарий еще окончательно не сформирована.



Кинезиологические упражнения – это комплекс движений позволяющих активизировать межполушарное взаимодействие



Кинезиология - наука о развитии умственных способностей и физического здоровья через определенные двигательные упражнения. Истоки кинезиологии как науки следует искать почти во всех известных философских системах древности и прогрессивных течениях современности.

Так, древнекитайская философская система Конфуция (около 2700 года до н.э.) демонстрировала роль определенных движений для укрепления здоровья и развития ума. Сходные элементы содержала древнеиндийская йога, основной целью которой было обретение высших психофизических способностей.

Современные кинезиологические методики направлены на активизацию различных отделов коры больших полушарий, что позволяет развивать способности человека или корректировать проблемы в различных областях психики.

Кинезиология рассматривает мозг человека как компьютер, в котором уже заложена информация обо всех функциональных связях в организме. Мозг накапливает информацию и способен решить любую задачу, связанную с регуляцией функций организма.

В прогрессивных школах всего мира в школьных расписаниях есть ежедневный урок - кинезиология. В ходе систематических занятий по кинезиологическим программам у ребенка исчезают явления дислексии, развиваются межполушарные связи, улучшаются память, концентрация внимания, пространственные представления.

Все упражнения нужно выполнять вместе с детьми, постепенно усложняя и увеличивая время и сложность. Выполним несколько упражнений, направленных на развитие межполушарного взаимодействия.

2. Основная деятельность:

Упражнения и игры на развитие межполушарного взаимодействия

1. Постучите по столу расслабленной кистью правой, а затем левой руки.
2. Поверните правую руку на ребро, согните пальцы в кулак, выпрямите, положите руку на ладонь. Сделайте то же самое левой рукой.
3. Домик. Соедините концевые фаланги выпрямленных пальцев рук. Пальцами правой руки с усилием нажмите на пальцы левой, затем наоборот. Отработайте эти движения для каждой пары пальцев отдельно.
4. Раскатывайте на доске небольшой комочек пластилина по очереди пальцами правой руки, затем левой.
5. Вытяните руки перед собой, сгибайте кисти вверх и вниз. Затем вращайте обеими кистями по и против часовой стрелки (сначала однонаправленно, затем разнонаправленно), сводите и разводите пальцы обеих рук. Попробуйте с движениями рук одновременно широко открывать и закрывать рот.
6. Упражнение в парах: встаньте напротив друг друга, коснитесь ладонями ладоней партнера. Совершайте движения, аналогичные велосипеду.
7. Правой рукой массируйте левую руку от локтя до запястья и обратно. Затем от плеча до локтя и обратно. То же самое движение сделайте с другой рукой.
8. Прижмите ладонь к поверхности стола. Сначала по порядку, а затем хаотично поднимайте пальцы по одному и называйте их.
9. Клад. В комнате прячется игрушка или конфета. Найдите ее, ориентируясь на команды ведущего, например: «Сделай два шага вперед, один направо и т.д.»
10. Совместные движения глаз и языка. Выдвинутым изо рта языком и глазами делайте совместные движения из стороны в сторону, вращая их по кругу, по траектории лежащей восьмерки. Сначала отработываются однонаправленные движения, затем – разнонаправленные.
11. Хлопните несколько раз в ладони, чтобы пальцы обеих рук соприкасались. Затем выполните хлопки кулаками, ориентированными тыльной поверхностью сначала вверх, а потом вниз.
12. Закройте глаза. Попробуйте опознать небольшой предмет, который дадут вам в руку. Другой рукой нарисуйте его на бумаге (пропишите в воздухе).
13. Упражнения в парах: встаньте лицом друг к другу. Один из партнеров выполняет движения руками или ногами, другой должен их зеркально отобразить.
14. 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 почувствуйте, как расслабляются глаза и руки. Когда деятельность обеих полушарий синхронизируется, заметно увеличится эффективность работы всего мозга.
15. Зажмите карандаш средним и указательными пальцами. Сгибайте и разгибайте эти пальцы так, чтобы карандаш не опускался ниже большого пальца. Упражнение выполняется сначала одной, затем другой рукой.
16. Положите на стол 10-15 карандашей. Необходимо собрать одной рукой в кулак все карандаши, беря их по одному. Затем по одному выложить их на стол.
17. Колечко. Поочередно и как можно быстрее перебирать пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем плавно и поочередно, последовательно указательный, средний и т. д. Проба выполняется в прямом (от указательного к мизинцу) и в обратном (от мизинца к указательному) порядке. Вначале методика выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе.

18. 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 меняется смена правой и левой рук в течение 6–8 смен позиций. Добиваться высокой скорости смены положений.
19. Ухо – нос.левой рукой возьмитесь за кончик носа, а правой рукой – за противоположное ухо. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладони, поменяйте положение рук «с точностью до наоборот».
20. Поза Наполеона. Обхватываем себя руками, меняя то правую, то левую руки в верхнем и нижнем положении.

Под влиянием кинезиологических тренировок в организме происходят положительные структурные изменения. При этом, чем более интенсивна нагрузка (но оптимальна для данных условий), тем значительнее изменения. Сила, равновесие, подвижность, пластичность нервных процессов осуществляется на более высоком уровне.

Совершенствуется регулирующая и координирующая роль нервной системы. Данные методики позволяют выявить скрытые способности человека и расширить границы возможностей деятельности его мозга.

Следует отметить, что эти методы не требуют материальных затрат, удобны в применении, органично вписываются в структуру занятий, а главное - обучающиеся выполняют их с большим желанием и удовольствием, что является немаловажным для роста мотивации в обучении.