



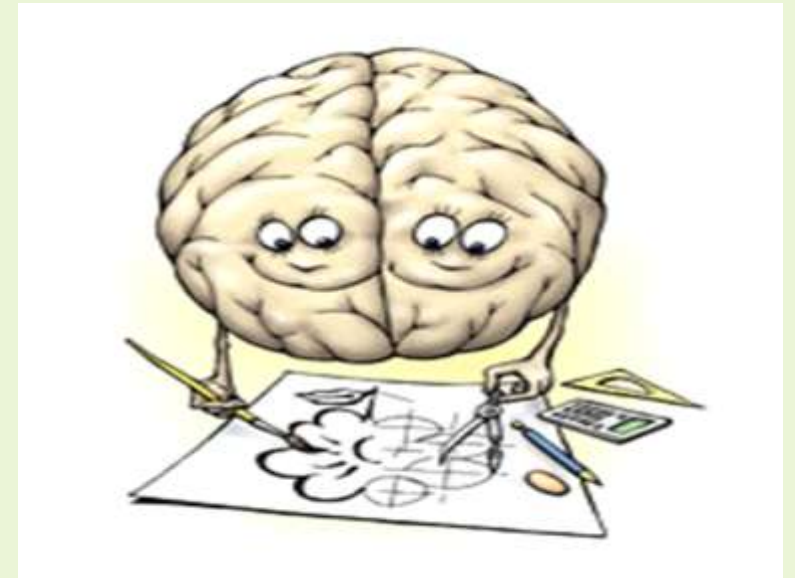
«Межполушарная организация мозга»

Педагог-психолог
«ДС № 393 г. Челябинска» Прокопьева Н.В.

В наше время бурно развивается наука и техника, на нас и наших детей обрушивается огромное количество информации. В школах, дошкольных учреждениях в свою очередь усложняются программы, которые требуют от воспитанников более сильной усидчивости и концентрации внимания.

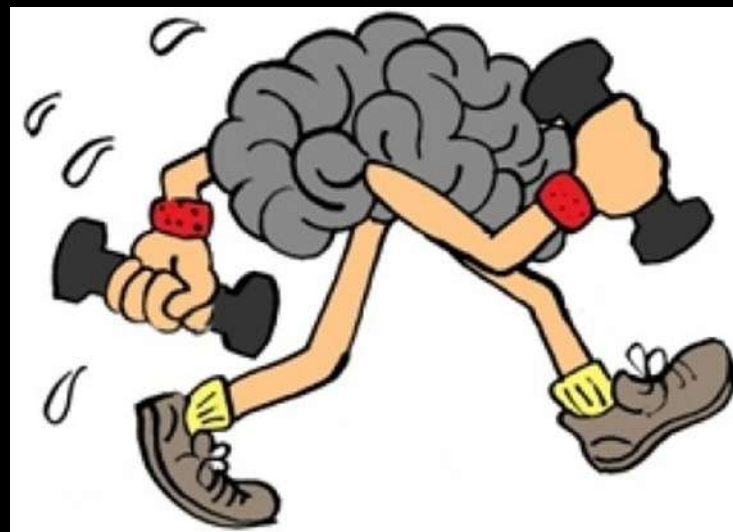
Как же взрослым грамотно поддержать познавательную активность ребёнка, развить его мыслительные процессы: восприятие, мышление память и воображение, не навредив ребёнку излишней информацией? Как помочь развить умственные способности ребенка, сохраняя и улучшая при этом его психическое и физическое здоровье?

Этот вопрос лег в основу науки о кинезиологии.



Кинезиология — это наука о развитии головного мозга через движение.

Существует уже 2000 лет и используется во всем мире. Единство мозга складывается из деятельности двух его полушарий, тесно связанных между собой системой нервных волокон.



«Правополушарные» дети лучше танцуют, воспринимают музыку, любят рисовать, понимают юмор.



«Левополушарные» люди имеют возможность последовательно обрабатывать информацию, делать выводы.



Кинезиологические упражнения – комплекс движений, позволяющий активизировать межполушарное взаимодействие, развивать комиссуры как межполушарные интеграторы, через которые полушария обмениваются информацией.



Умение различать правую и левую сторону — это важная предпосылка для многих видов обучения.

Поэтому отработке этого навыка необходимо уделять достаточное количество времени, проводя занятия с ребенком в виде различных игр и упражнений:

- показать правую руку, затем левую. Если ребенок не может назвать левую руку, взрослый называет ее сам, а ребенок повторяет;
- поднять то правую, то левую руку. Взять предмет то правой, то левой рукой;
- после уточнения речевых обозначений правой и левой руки можно приступить к различению других частей тела: правой и левой ноги, глаза, уха.
- можно предложить и более сложные задания: показать левой рукой правое ухо, показать правой рукой левую ногу и т. д.

Проводить упражнения на развитие межполушарных связей необходимо в первой половине дня и длительность занятий не должна превышать 15 минут.

Виды кинезиологических упражнений:

- растяжки,
- дыхательные упражнения,
- глазодвигательные упражнения,
- телесные упражнения,
- упражнения для релаксации,
- упражнения для развития мелкой моторики,
- массаж и самомассаж, массаж ушных раковин.



Эффективность использования кинезиологических упражнений:

- улучшается состояние здоровья
- повышается двигательная активность
- развивается творческое воображение и целостное восприятие окружающего мира
- повышается стрессоустойчивость
- синхронизируется работа полушарий
- улучшается мыслительная деятельность, память, внимание
- развивается речь
- облегчается процесс чтения и письма
- повышается способность к пониманию словесных конструкций и произвольному контролю
- повышается интерес к образовательной деятельности

Используемые источники

Зуев В.И. Волшебная сила растяжки. М.: Советский спорт, 1993

Кольцова М.М. Двигательная активность и развитие функций мозга ребенка. – М.: Педагогика, 1973

Красикова И.С. Дыхательная гимнастика и массаж для детей с заболеваниями органов дыхания

Подольская Е.И. Формы оздоровления детей 4-7 лет: кинезиологическая и дыхательная гимнастика, комплексы утренних зарядок/ автор составитель. Волгоград, 2009

Сиротюк А.Л. «Нейропсихологическое сопровождение обучения» - М.:ТЦ Сфера, 2003.

Сиротюк А.Л. Психофизиологическое и нейропсихологическое сопровождение обучения. М.: Сфера. 2003

Развитие интеллекта дошкольников. М.: Сфера, 2002

<http://kineziology.ru/>

<http://samopoznanie.ru/schools/kineziologiya/>

https://youtu.be/_e3J0IR961U

(1) ВИДЕО

<https://youtu.be/JRUN-KHUBWs>

(2) ВИДЕО

Благодарим за внимание