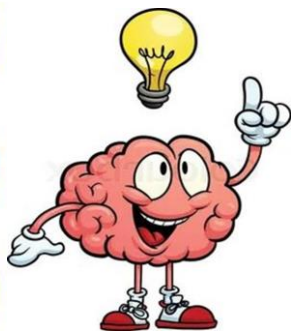


КИНЕЗИОЛОГИЯ ИЛИ

НЕЙРОГИМНАСТИКА...



*«Обучая левое полушарие,
вы обучаете только левое полушарие.
Обучая правое полушарие, вы обучаете весь мозг!»
И. Соньер.*

Что же такое кинезиология?

Кинезеология - это наука о развитии головного мозга через специально организованные двигательные упражнения, развитие по принципу от движения к интеллекту.

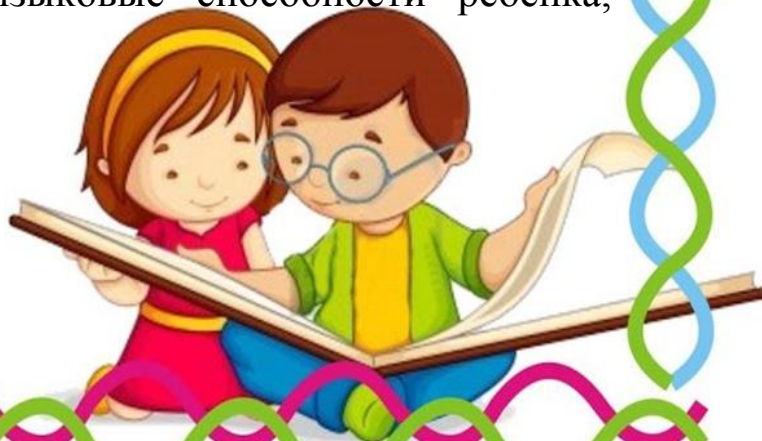
Кинезеология - это моторное развитие, которое позволяет нарастить новые нейронные связи. Чем больше образуется нейронных связей, тем развитее интеллект. Когда человек осваивает что-то новое для себя, он наращивает нейронные связи.

Дошкольный возраст - наиболее благоприятный период для развития мозговых структур, а также интеллекта, межполушарных связей и психических процессов. Мы знаем, что мозг человека состоит из двух полушарий - левого и правого. Они соединены между собой мозолистым телом, через которое и проходит обмен информацией между двумя полушариями. В протекании психических функций принимают участие оба полушария мозга, где каждое выполняет свою роль.

Правое полушарие отвечает за воображение, которое позволяет человеку воображать, фантазировать, мечтать, и, как следствие, — сочинять и учить наизусть. «Правополушарные» дети лучше танцуют, воспринимают музыку, любят рисовать, понимают юмор.

Левое полушарие отвечает за языковые способности ребёнка, письмо и чтение.

У новорожденного оба полушария развиты одинаково, но в процессе развития, обучения одно из полушарий развивается активнее другого.



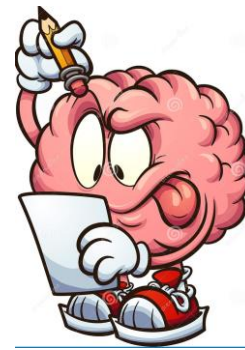
Если *межполушарное взаимодействие не сформировано*, то происходит неправильная обработка информации и у ребенка возникают сложности в обучении, такие как:

- Проблемы в письме.
- Проблемы в устной речи.
- Трудности в запоминании информации.
- Сложности в счете как в письменном, так и в устном.
- Сложность в восприятии учебной информации.



На *несформированность межполушарного взаимодействия* указывают такие *признаки*, как:

- Зеркальное написание букв и цифр.
- Логопедические отклонения.
- Неловкость движений.
- Агрессия.
- Плохая память.
- Отсутствие познавательной мотивации.
- Инфантильность.



Если нарушается работа межполушарных связей, то это ведет к нарушению пространственных ориентаций, страдает адекватное эмоциональное реагирование и координация работы зрительного и аудиального восприятия. Ребенок, в таком состоянии плохо воспринимая информацию на слух или глазами.

К счастью, полушария мозга можно развивать. Особенно это важно в дошкольном возрасте, ведь это период активного развития мозговых структур.

Именно упражнения по кинезиологии позволяют активизировать межполушарное воздействие, синхронизировать работу обоих полушарий головного мозга, формирует новые нейронные связи между полушариями головного мозга.

Существует целый ряд *кинезиологических упражнений*, которые улучшают мыслительную деятельность, *развивают межполушарное взаимодействие, мелкую моторику, память, внимание, речь, мышление.*

ИГРАЕМ И СНОВА ИГРАЕМ.

(КИНЕЗИОЛОГИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ)

Гимнастика мозга представляет собой простые и доставляющие наслаждение движения и упражнения. Они занимают немного времени, принося несоизмеримую пользу.

Все упражнения данной системы - *перекрестные*. *Перекрестность* - главный принцип гимнастики мозга - означает подключить оба полушария мозга, (*правое отвечает за левое полушария, и наоборот*).

Упражнения, которые повышают умственную энергию.

«**Кулак ладонь**». Одна рука сжата в кулак, вторая ладонь вытянута. И поочередно чередуем.

«**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 правой и левой рук.

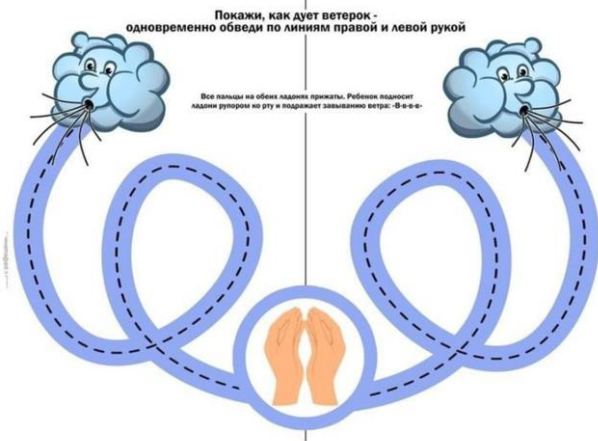
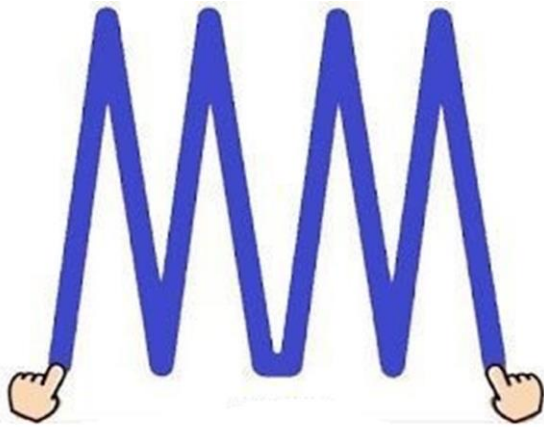
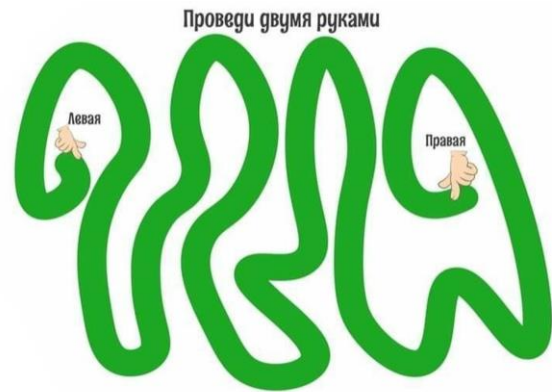
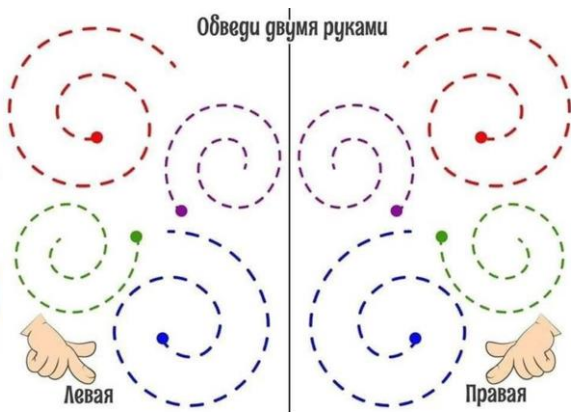
«**Колечко**». Поочередно и как можно быстрее перебирайте пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т. д.

«**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.



Упражнения на развитие тонких движений пальцев рук.

Стимулирует общее развитие речи. Морфологическое и функциональное формирование речевых областей совершается под влиянием кинестетических импульсов от рук, а также является мощным средством повышения работоспособности головного мозга.



Упражнения на развитие общей моторики.

