

**муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
муниципального образования город Краснодар  
«Детский сад комбинированного вида № 228 «Голубка»  
350078, г. Краснодар, ул. Тургенева № 146, тел./факс (861) 220-57-51, 220-45-07  
E-mail: [detsad228@kubannet.ru](mailto:detsad228@kubannet.ru)**

**Консультация для педагогов.  
«Кинезиология в работе воспитателя».**

**Учитель – логопед Пасечник С.А.**

Чем богаче и правильнее речь ребенка, тем ему легче высказать свои мысли, тем активнее осуществляется его психическое развитие, тем легче ему познавать окружающий мир. Поэтому так важно заботиться о своевременном формировании речи у детей, ее чистоте и правильности, предупреждать и исправлять различные нарушения. Одним из универсальных методов работы является кинезиология – наука о развитии умственных способностей через определенные двигательные упражнения. И именно они позволяют создать новые нейронные связи и улучшить работу головного мозга, отвечающего за развитие психических процессов и интеллекта. Развитие интеллекта напрямую зависит от сформированности полушарий головного мозга, их взаимодействия.

Использование кинезиологических приёмов позволяет улучшить у воспитанников память, внимание, речь, пространственные представления, мелкую и крупную моторику, снизить утомляемость, повысить способность к произвольному контролю. Многие упражнения направлены на развитие одновременно физических и психофизиологических качеств, на сохранение здоровья детей, и профилактику отклонений в их развитии. Под влиянием кинезиологических тренировок в организме наступают положительные структурные изменения.

#### **Примерные упражнения для дошкольников:**

1. *Колечко*. Поочередно и как можно быстрее перебирайте пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т. д. Проба выполняется в прямом и обратном (от мизинца к указательному пальцу) порядке. В начале упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем сразу двумя руками.

2. *Кулак - ребро - ладонь*. Три положения руки на плоскости стола, последовательно сменяют друг друга. Ладонь на плоскости, сжатая в кулак ладонь, ладонь ребром на плоскости стола, распрямленная ладонь на плоскости стола. Выполняется сначала правой рукой, потом - левой, затем - двумя руками вместе по 8-10 раз. Можно давать себе команды (кулак - ребро - ладонь).

3. *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. Повторить 6-8 раз.

4. *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. Прикасаться к пальцу нельзя. Последовательно в упражнении должны участвовать все пальцы обеих рук.

5. *Ухо - нос*. Левой рукой возмитесь за кончик носа, а правой рукой - за противоположное ухо. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши, поменяйте положение рук «с точностью наоборот».

6. Расправьте пальцы левой руки, слегка нажав точку концентрации внимания, расположенную в середине ладони, большим пальцем правой

руки. Повторите это 5 раз. При нажатии сделайте выдох, а при ослаблении вдох. Потом сделайте то же самое для правой руки.

*Комплекс упражнений с элементами кинезиологии по теме «Времена года».*

### **Осень**

Осень, осень, *Трем ладошки друг о друга.*

Приходи! Зажимаем кулаки по очереди.

Осень, осень, *Трем ладошки друг о друга.*

Погляди! Ладони на щеки.

Листья желтые кружатся, *Плавное движение ладонями.*

Тихо на землю ложатся. *Ладони гладят по коленям.*

Солнце нас уже не греет, *Сжимаем и разжимаем кулаки по очереди.*

Ветер дует все сильнее, *Синхронно наклоняем руки в разные стороны.*

К югу полетели птицы, *«Птица» из двух скрещенных рук.*

Дождик к нам в окно стучится. *Барабанить пальцами то по одной, то по другой ладони.*

Шапки, куртки надеваем (*Имитируем*).

И ботинки обуваем (*Топаем ногам*).

Знаем месяцы: (*Ладони стучат по коленям*).

Сентябрь, и Октябрь, и Ноябрь. (*Кулак, ребро, ладонь*).

### **Урожай**

Овощи растут на грядке. (*Скрестить пальцы на двух руках, по очереди поднимать пальцы*).

Посчитай их по порядку: (*Соединить по очереди пальцы на двух руках*).

Капуста, перец, огурец, (*Кулак, ребро, ладонь*).

Я сегодня молодец. (*Гладим себя по груди*).

На грядке овощи растут, (*Скрестить пальцы на двух руках, по очереди поднимать пальцы*).

Что же мы увидим тут? (*Соединить по очереди пальцы на двух руках*).

Картофель, помидор, морковь, (*Кулак, ребро, ладонь*).

Мы себя похвалим вновь. (*Гладим себя по груди*).

### **Грибы да ягоды**

Я в лесу нашел грибок.

Я сорвать его не смог: *Ладонь одной руки лежит на кулаке другой (меняю).*

Дождь грибочек поливал, *Пальцы ласково глядят по щекам.*

И грибочек подрастал. *Руки сцепляем пальцами, постепенно увеличивая круг.*

(Называем грибы.)

Ягодка росла в лесу.

Я домой ее несу. *Кулак одной руки лежит на ладони другой (меняю).*

Солнце ягодку согрело, *Пальцы ласково гладят по щекам.*

Наша ягодка спела. *Делаем круги, соединяя по очереди все пальцы с большим,*

*одновременно на двух руках.*

(Называем ягоды).

### **Зима**

Пришла зима, *Трем ладошки друг о друга.*

Принесла мороз. *Пальцами массажируем плечи, предплечья.*

Пришла зима, *Трем ладошки друг о друга.*

Замерзает нос. *Ладошкой массажируем кончик носа.*

Снег, *Плавные движения ладонями.*

Сугробы, *Кулаки стучат по коленям попеременно.*

Гололед. *Ладони шоркают по коленям разнонаправлено.*

Все на улицу — вперед! *Одна рука на колени ладонью, вторая рука согнута в локте,*

*кулак (меняем).*

Теплые штаны наденем, *Ладонями проводим по ногам.*

Шапку, шубу, валенки. *Ладонями проводим по голове, по рукам, топаем ногами.*

Руки в варежках согреем *Круговые движения ладонями одной руки вокруг другой ладони.*

И завяжем шарфики. *Ладони прикладываем друг на друга к основанию шеи.*

Зимний месяц называй! *Ладони стучат по коленям.*

Декабрь, Январь, Февраль. *Кулак, ребро, ладонь.*