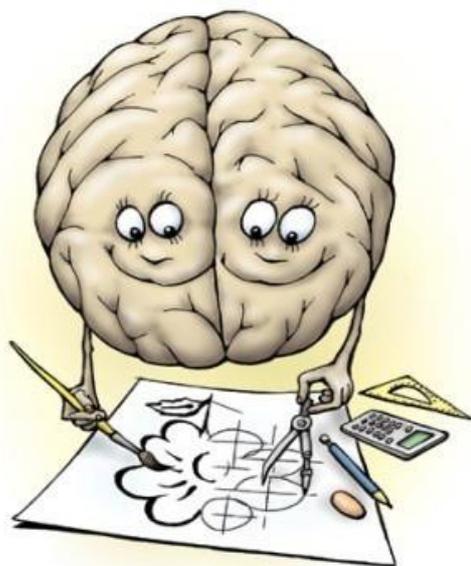


Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение города Керчи  
Республики Крым «Детский сад комбинированного вида №6 «Радуга»

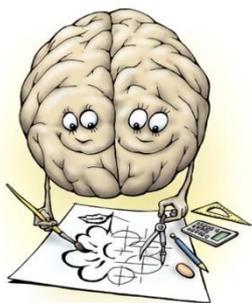
### **Консультация для педагогов:**

## **«Использование методов кинезиологии в коррекционно-развивающей работе с детьми старшего дошкольного возраста с ОВЗ»**



Подготовила:  
учитель-дефектолог  
Усикова Е.А.

**г. Керчь  
2022г.**



В федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования одной из приоритетных задач, является «охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе и эмоционального благополучия». Доказано, что воспитанники с ОВЗ развиваются по общим законам развития, но имеют свои специфические особенности, обусловленные дефектом. Им свойственны эмоциональная возбудимость, двигательное беспокойство, неустойчивость и истощаемость нервных процессов, легкая возбудимость, заторможенность, отсутствие длительных волевых усилий. Поэтому дефектологу, логопеду, воспитателю коррекционной группы и другим педагогам, работающим с такими детьми, приходится исправлять не только дефект, но и нормализовать психическое и физическое состояние ребёнка. Решению этой задачи помогает использование кинезиологических упражнений.

**Кинезиология** – наука о движении («кинезис» – движение, «логос» – наука), дословно – движение навстречу духовному и физическому воспитанию.

Известно, что единство мозга складывается из деятельности двух его полушарий, тесно связанных между собой системой нервных волокон (мозолистое тело, межполушарные связи). Развитие межполушарного взаимодействия является основой развития интеллекта.

В ходе систематических занятий по кинезиологическим программам у ребёнка развиваются межполушарные связи, улучшается память и концентрация внимания. В связи с улучшением интегративной функции мозга у многих детей при этом наблюдается значительный прогресс в способностях к обучению, а так же управлению своими эмоциями.

Все движения кинезиологических упражнений воздействуют на различные системы управления организмом. Все их можно разделить на три блока:

- *Упражнения, увеличивающие тонус коры головного мозга* (дыхательные упражнения, массаж биологически-активных точек), упражнения повышают энергетику коры головного мозга.
- *Упражнения, улучшающие возможности приёма и переработки информации* (движения конечностями перекрёстно-латерального характера), упражнения восстанавливают нарушенные межполушарные связи и функциональную асимметрию мозга.
- *Упражнения, улучшающие контроль и регуляцию деятельности* (движения и позы перекрёстного характера), которые восстанавливают связи между лобным и затылочным отделами мозга, устанавливают баланс между правым и левым полем человека, снимают эмоциональный стресс.

Выполнение кинезиологических упражнений требует осмысленности и высокого уровня саморегуляции. Осуществление таких движений и доведение их до автоматизма возможно только при условии создания в коре головного мозга новых нейронных сетей, что в свою очередь расширяют резервные возможности мозга.

Для результативности коррекционно-развивающей работы необходимо соблюдать основные требования в использовании специальных кинезиологических упражнений. Педагог обязан сначала сам освоить все упражнения до уровня осознания субъективных признаков изменений, происходящих в системе организма. После этого обучать каждого ребенка выполнять движения и приемы, получив обратную информацию о специфике воздействия.

Познакомившись с работами А.Л. Сиротюк, я стала использовать кинезиологические упражнения и коммуникативные игры на занятиях и вне занятий.

В своей работе с детьми я использую следующие кинезиологические упражнения: растяжки, дыхательные упражнения, глазодвигательные упражнения, телесные упражнения, развитие тонких движений пальцев рук, упражнения для релаксации.

- **Растяжки** – они нормализуют тонус мышц.

Гипертонус (неконтролируемое чрезмерное мышечное напряжение), гипотонус (неконтролируемая мышечная вялость) мышц.

Гипертонус проявляется, как правило, в двигательном беспокойстве, нарушении сна. У детей с гипертонусом ослаблено произвольное внимание, нарушены двигательные и психические реакции.

Гипотонус сочетается с замедленной переключаемостью нервных процессов, эмоциональной вялостью, низкой мотивацией и слабостью волевых усилий. Именно поэтому в самом начале занятий ребенку необходимо дать почувствовать его собственный тонус и показать варианты работы с ним на самых наглядных и простых примерах, одновременно обучая возможным приемам релаксации.

- **Дыхательные упражнения.** Дыхание – самая важная физическая потребность тела. Дыхание в процессе речи, или так называемое речевое дыхание, по сравнению с физиологическим дыханием в спокойном состоянии имеет существенные отличия, обусловленные требованиями, предъявляемые к дыхательному акту во время речи. Дыхательные упражнения улучшают ритмику организма (активность мозга, ритм сердца, пульсация сосудов), развивают самоконтроль и произвольность. Умение произвольно контролировать дыхание развивает самоконтроль над поведением. Особенно эффективны дыхательные упражнения для коррекции детей с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью.

- **Глазодвигательные упражнения.** Они позволяют расширить поле зрения, улучшить восприятие. Одновременные и разнонаправленные движения глаз и языка развивают межполушарное взаимодействие и повышают энергетизацию всего организма. Известно, что движение глаз активизируют процесс обучения.
- **Телесные упражнения.** При их выполнении развивается межполушарное взаимодействие, снимаются синкинезии (непроизвольные, непреднамеренные движения) и мышечные зажимы. Интересно отметить, что человек может мыслить, сидя неподвижно. Однако для закрепления мысли необходимо движение. Именно поэтому многим людям легче мыслить при повторяющихся физических действиях, например, ходьбе, покачивании ног, постукиванием карандашом по столу. В результате движений во время мыслительной деятельности простираиваются нейронные сети, позволяющие закрепить новые знания. При регулярном выполнении реципрокных (перекрестных) движений образуется и миелинизируется большое количество нервных путей, связывающих полушария головного мозга, что способствует развитию психических функций.
- **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.
- **Массаж и самомассаж.** Особенно эффективным является массаж пальцев рук и ушных раковин. Специалисты насчитывают около 148 точек, расположенных на ушной раковине, которые соответствуют разным частям тела. Точки на верхушке уха соответствуют ногам, а на мочке уха – голове.
- **Упражнения для релаксации,** способствуют расслаблению, снятию напряжения.

Кинезиологические занятия обладают как быстрым, так и накопительным эффектом, их проводят в эмоционально комфортной, доброжелательной обстановке, под спокойную музыку. Результативность занятий зависит от систематической и кропотливой работы. В своей работе я подбираю упражнения в соответствии с лексической темой недели.

Использование кинезиологических упражнений при проведении коррекционно-логопедической работы, а также создание наиболее разнообразной, интересной для детей с ОВЗ способствует решению задач гармоничного развития дошкольников более результативно и в короткие сроки, активизируют психические процессы и формируют личность ребёнка в целом.