

Методическая работа:

«Гимнастика ума» как средство развития познавательной активности детей 5-7 лет.

**Рыбакова Наталья Владимировна,
воспитатель
МДОУ детского сада № 243**

Ярославль, 2016 г.

Содержание

Введение	3
Основная часть	4
Глава 1. Теоретические основы развития познавательной активности детей 5 – 7 лет.	4
Глава 2. Актуальность использования методики «Гимнастика мозга» с детьми 5 – 7 лет.	6
Глава 3. Опыт по использованию методики «Гимнастика ума» для развития познавательной активности детей 5 - 7 лет.	8
3.1.Технология опыта.	10
3.2.Этапы и эффективность применения методики упражнений в работе с детьми 5 -7 лет.	11
Заключение	14
Литература	16
Приложение	17

«В любом человеке могут расцвести сотни неожиданных талантов и способностей, если ему просто предоставить для этого возможность».

Д.Лессинг.

Введение

Все мы хотим, чтобы дети наши были смыслёнными, любознательными, догадливыми, предусмотрительными, остроумными, сообразительными. Да, мы рождаемся с разными задатками, в том числе и к мыслительной деятельности.

Мир, в который приходит ребёнок, богат и разнообразен. Чтобы жить в нём, малышу необходимо разобраться в свойствах, качествах предметов, в их назначении, в пространственных и временных отношениях, явлениях окружающей действительности. Ему нужны знания, которые помогут ознакомиться с доступными его пониманию общественными явлениями, с трудовой деятельностью человека.

Исследования психологов и педагогов свидетельствуют о возможностях дошкольника не только осознавать отдельные факты действительности, но и объяснять их. Особая роль в этом принадлежит взрослым (родителям, воспитателю), которые во время наблюдений, игр и учебных занятий побуждают ребёнка к осмысленному выполнению действий, самостоятельному поиску; развивают умения спрашивать, рассуждать, опровергать, отстаивать свою точку зрения; влияют на детскую инициативу, творческую и познавательную активность.

Проблема активизации познавательной деятельности дошкольников на всех этапах развития образования является одной из актуальных, так как активность является необходимым условием умственного развития личности.

Решение этой проблемы кроется в использовании методов обучения старших дошкольников, базирующихся на передовых представлениях детской психологии.

В настоящее время перед образованием встает задача воспитать не только творческого, всесторонне развитого человека, но и гибко ориентирующегося в постоянно меняющейся действительности, готового осваивать принципиально новые области и виды деятельности.

Основная часть

Глава 1. Теоретические основы развития познавательной активности детей старшего дошкольного возраста.

На современном этапе важным звеном общественного развития является система образования в целом, и дошкольное образование как этап обучения подрастающих членов общества, на котором формируются основные умения и навыки, необходимые в дальнейшем обучении. Педагогическая действительность ежедневно доказывает, что процесс обучения проходит эффективнее, если дошкольник проявляет познавательную активность. В последнее время в педагогике, так же как и во многих других областях науки, происходит перестройка практики и методов работы, в частности, все более широкое распространение получают различного рода игры.

Проблема развития познавательной активности рассматривалась в различных трудах педагогов и психологов. Я.А. Коменский, К.Д. Ушинский, Д. Локк, Жан Жак Руссо определяли познавательную активность как естественное стремление дошкольников к познанию. А.К. Маркова, В.П. Лозовая, Ж.Н. Тельнова, Г.И. Щукина и другие изучали особенности познавательной деятельности и способы ее активизации у старших дошкольников.

Активность – это черта личности, которая проявляется в отношении человека к деятельности: состоянии готовности, стремления к самостоятельной деятельности, качестве ее осуществления, выбор оптимальных путей для достижения поставленной цели.(16)

Проблема активности изучается в самых различных аспектах: биологическом, психологическом, педагогическом, социологическом и так далее. Так, биологи рассматривают приспособление организма к окружающей среде, реакцию на внешние раздражения, которая является формой проявления активности. Биологическая активность присуща и человеку как наследственное свойство, которое обеспечивает приспособление к среде. Однако если животное, взаимодействуя со средой, только пользуется внешней природой и производит в ней изменения просто в силу своего присутствия, «то человек, как производитель средства труда, приспособливает природу к своим потребностям, заставляет ее служить своим целям, господствует над ней»(16 с.137)

Термин «познавательная активность» разные ученые понимают по-разному. Одни отождествляют активность с деятельностью, другие считают активность результатом деятельности, третьи утверждают, что активность – более широкое понятие, чем деятельность.

Г.И. Щукина определяет «познавательную активность» как качество личности, которое включает стремление ребенка к познанию, выражает

интеллектуальный отклик на процесс познания. Качеством личности «познавательная активность» становится, по ее мнению, при устойчивом проявлении стремления к познанию. Это структура личностного качества, где потребности и интересы обозначают содержательную характеристику, а воля представляет форму. Проблема формирования познавательной активности на личностном уровне преимущественно сводится к рассмотрению мотивации познавательной деятельности и к способам формирования познавательных интересов детей старшего дошкольного возраста. (37 с.160)

Э.А. Красновский дает познавательной активности совершенно особое определение: «проявление всех сторон личности дошкольника: это и интерес к новому, стремление к успеху, радость познания, это и установка к решению задач, постепенное усложнение которых, лежит в основе процесса обучения» (24 с.21)

Познавательная активность является социально значимым качеством личности и формируется у дошкольников в различных видах деятельности.

Личность формируется и развивается в процессе деятельности, в зависимости от отношения личности к деятельности активность может иметь разные уровни, разный характер.

Такие ученые как А.Р. Лурия, В.И. Селиверстов, А.Г. Литвак, М.С. Певзнер и другие. рассматривают познавательную активность как естественное стремление дошкольников к познанию, считая, что человеку свойственно стремление к познанию и это стремление проявляется в ребенке с первых дней его жизни. (31)

Познавательная активность отражает определенный интерес старших дошкольников к получению новых знаний, умений и навыков, внутреннюю целеустремленность и постоянную потребность использовать разные способы действия к накоплению, расширению знаний и кругозора.

Развитие познавательной активности детей старшего дошкольного возраста представляет тот идеальный вариант, когда ее становление происходит постепенно, равномерно, в соответствии с логикой познания предметов окружающего мира и логикой самоопределения личности в окружающей среде.

Таким образом, на основании проведенного анализа, познавательная активность определяется, как меняющееся свойство личности, которое означает глубокую убежденность дошкольника в необходимости познания, творческого усвоения системы знаний, что находит проявление в осознании цели деятельности, готовности к энергичным действиям и непосредственно в самой познавательной деятельности.

Известно, что познавательная активность детей старшего дошкольного возраста развивается из потребности в новых впечатлениях,

которая присуща каждому человеку от рождения. В старшем дошкольном возрасте на основе этой потребности, в процессе познавательной и исследовательской деятельности, у ребенка формируется стремление узнать и открыть для себя как можно больше нового.

Глава 2. Актуальность использования методики

«Гимнастика мозга» с детьми 5 -7 лет.

Всем известно и не вызывает сомнений польза утренней гимнастики для организма человека, она помогает телу быстро перейти из энергосберегающего режима сна в режим активного бодрствования. Однако не только тело нуждается в «разогреве», но мозг нуждается в настройке и подготовке к эффективной работе. Существует так называемая «Гимнастика мозга», упражнения которой активизирует полноценную работу левого и правого полушария, помогают управлять эмоциональной, физической и умственной жизнью. Данная гимнастика способствует лучшему восприятию информации.

Программа «Гимнастика мозга» была разработана в 1970-х гг. американским ученым Полом Денисоном в Центре группового учения для неуспевающих «Долина» в Калифорнии, где он в течение 20 лет помогал детям и взрослым в преодолении трудностей обучения.

Впервые в России она появилась в 1988 году.

Методика основана на кинезеологических упражнениях, т.е. с помощью движений развиваем мозг. Но на самом деле слово кинезеология было известно уже давно, еще Гепократ и Аристотель использовали кинезеологические упражнения для развития интеллекта и других сторон личности. Отечественные ученые такие как Александр Романович Лурия, Алексей Николаевич Леонтьев, Лев Семенович Выготский определили пользу кинезеологических упражнений.: влияют на развитие головного мозга и позволяют развивать межполушарное взаимодействие коры больших полушарий мозга ребёнка, способствуя тем самым процессу развития его личности.

Учеными доказано, что успешность обучения детей зависит от своевременного развития межполушарных взаимодействий. А сензитивным периодом для интеллектуального развития является возраст до 10 лет, когда кора больших полушарий головного мозга еще не окончательно сформирована. Основной период развития приходится на дошкольный возраст.

Гимнастика мозга состоит из простых и доставляющих удовольствие движений и упражнений. Они эффективны для развития интеллектуальных процессов и повышения умственной работоспособности. Упражнения улучшают мыслительную деятельность, способствуют запоминанию, повышают внимания, помогают в развитии речевых функций, облегчают

процессы чтения и письма; дают положительный эффект при занятиях музыкой, живописью и всеми видами танцев.

Благодаря тому, что упражнения «Гимнастики Мозга» снижают стресс, они также улучшают общее состояние здоровья и является одной из составляющих здоровье сберегающих технологий.

Главная идея гимнастики мозга – развивающая работа должна быть направлена от движения к мышлению. Физическое и двигательное развитие ребенка идет параллельно с психическим и умственным развитием. На каждой ступени сенсомоторного развития происходит скачек в развитии мозга. В движении ребенок получает информацию об окружающем мире через органы чувств, получает жизненный опыт, что дает толчок в развитии внимания, памяти, мышления и других высших психических функций, а также речи и интеллекта.

Так как временной промежуток формирования сенсомоторного интеллекта достаточно мал, то существует вероятность его недостаточно полного и сбалансированного формирования. Одна из задач, на которые направлены упражнения гимнастики мозга - это восполнение навыков равновесия, движения или сенсомоторной координации.

Гимнастика мозга состоит из 26 упражнений, каждое из которых направлено на восстановление, активацию, тренировку различных сенсомоторных навыков, оптимальное состояние которых непосредственно влияет на высшие когнитивные способности (способности к обучению).

Все упражнения разделены на 4 группы, применение которых направлено на развитие трех видов сенсомоторных навыков:

Первая группа включает упражнения, пересекающие среднюю линию тела (линия, проходящая вертикально и делящая тело на правую и левую половину). Упражнения способствуют одновременной работе двух глаз, рук, ног, ушей, интеграции двух полушарий мозга и включают механизм «единства мысли и движения». В результате человек может двигаться и думать одновременно, обрабатывать информацию как от целого к частному, так и от частного к целому, легко пересекать срединную линию тела, что является необходимым требованием для свободного чтения, письма и множества других навыков.

Вторая группа – это упражнения энергетизирующие тело, т.е. обеспечивающие необходимую скорость и интенсивность протекания нервных процессов между клетками и группами нервных клеток головного мозга. На уровне работы мозга, эти упражнения способствуют связи лимбического отдела головного мозга, отвечающего за эмоции и передних отделов головного мозга, отвечающих за волевую регуляцию поведения. Таким образом, улучшается саморегуляция эмоционального состояния, навыки организованности и целеполагания.

Третья группа – растягивающие упражнения. Эти упражнения снимают напряжение с мышц и сухожилий нашего тела. Когда мышцы

растягиваются и принимают нормальное, естественное состояние и длину, они посылают сигнал в мозг о том, что человек находится в расслабленном, спокойном состоянии и, следовательно, о его готовности к познавательной работе. На уровне работы головного мозга, эти упражнения способствуют связи стволовых отделов головного мозга, отвечающих за реакцию «убегания» и «нападения» во время стресса и передних отделов головного мозга, отвечающих за волевую регуляцию поведения. Таким образом, эти упражнения способствуют снятию стрессового напряжения в теле.

Четвертая группа – упражнения, повышающие позитивное отношение. Они стабилизируют и ритмируют нервные процессы в организме и помогают взглянуть на тревожащую ситуацию по-новому.

Приведем несколько упражнений из комплекса «Гимнастика мозга», которые можно выполнять с детьми 4 – 7 лет. (Приложение № 1)

Огромная польза и привлекательность ГМ состоит в её простоте и практичности. Человек может выполнять эти упражнения в любое время и в любом месте. Главная идея, этих упражнений – развивающая работа должна быть направлена от движения к мышлению, а не наоборот.

Сегодня этот метод успешно используется в детских садах, школах, спортивных секциях, в больницах, психологических консультациях.

Глава 3. Опыт по использованию методики «Гимнастика ума» для развития познавательной активности детей 5-7 лет.

Вступивший в силу в январе 2014 года Федеральный Стандарт Дошкольного образования (*ФГОС ДО*) ставит перед педагогами решение целого ряда задач.

Решая, задачи нельзя забывать о принципах дошкольного образования, указанных в Стандарте.

На каждом возрастном этапе перед педагогом стоит задача – создать благоприятные условия развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями каждого ребенка.

Я работала с детьми 5 лет, а это возраст почемучек, исследователей окружающего мира. Мне хотелось, чтобы познавательная активность не угасала. Я начала искать возможность поддерживать и стимулировать детей в этом направлении. Так, я обратила внимание, познакомилась и изучила методику «Гимнастика мозга».

Актуальность работы обусловлена необходимостью формирования познавательной активности через метод межполушарного взаимодействия. Это позволяет избегать трудности у детей в обучении и в создании условий для формирования новых возможностей искомых психических навыков и процессов, которые могут сформироваться и стать нужными ребенку через кинезиологические приемы и методы. Ведь работа здесь направлена от движений к мышлению, а не наоборот.

В основу моего опыта легли материалы исследований отечественных и зарубежных ученых: Лурия А.Р., Бехтерева Н.П., Семенович А.В., Сиротюк А.Л., О.А.Семенова, Хомская Е.Д., А.Н. Леонтьева, А.Р. Лейтеса, П.Н. Анохина, И.М. Сеченова, Смит Кр., Шейфер Дж. Пол Деннисон с программой «Гимнастика мозга»

Единство мозга складывается из деятельности двух его полушарий, тесно связанных между собой системой нервных волокон (мозолистое тело, межполушарные связи).

Моя развивающая работа и была направлена от движения к мышлению, а не наоборот. Под влиянием упражнений методики в организме происходят положительные структурные изменения. При этом, чем более интенсивна нагрузка (в допустимых пределах), тем значительнее эти изменения. Сила, равновесие, подвижность, пластичность нервных процессов осуществляется на более высоком уровне. Данная кинезиологическая методика позволяют выявить скрытые способности ребенка старшего дошкольного возраста и расширить границы возможностей его мозга. Занятия устраняют дезадаптацию в процессе обучения, гармонизируют работу головного мозга.

А ведь как интересно научиться таким движениям, которые выполняют даже космонавты во время подготовки к полетам. Такие стимулы очень заинтересовали моих детей и они с радостью восприняли новшества и применении этих упражнений. Кроме того, дети, выполняя упражнения всегда знали, что они помогают им лучше думать, быть внимательными, лучше запоминать. Да и игровой момент развития познавательной активности давало больше пользы, чем наскучившие методы обучения тем или иным навыкам и умениям. Да и готовность ребенка к школе – это сложный компонент определенных психофизических состояний, умений, навыков и здоровья. От того, как подготовлен ребенок к школе, во многом зависит, насколько успешно будет проходить его обучение в образовательном учреждении. Чем увереннее и спокойнее начнется для первоклассника школьная жизнь, чем лучше ребенок сможет адаптироваться к новым условиям, новым людям, тем больше шансов, что у ребенка не будет проблем ни в начальной школе, ни в последующем обучении.

Организация дошкольной подготовки – задача всех взрослых, окружающих ребенка. Важно, чтобы в этот период родители и педагоги детского сада объединили свои усилия, направленные на воспитание будущего школьника.

Учитываю особенность периода от 5-7 лет, отличающую его от других, последующих этапов развития: он обеспечивает именно общее развитие, служащее фундаментом для приобретения в дальнейшем любых специальных знаний и навыков усвоения различных видов деятельности. Формирую такие качества и свойства психики детей, которые определяют собой общий характер поведения ребенка, его отношение ко всему окружающему и представляют собой «заделы» на будущее, так как в

дошкольном детстве складывается потенциал для дальнейшего познавательного, волевого и эмоционального развития ребёнка.

3.1. Технология опыта.

Настоящий опыт накапливался в течение трех лет в результате наблюдения за детьми в муниципальном дошкольном образовательном учреждении «детский сад № 243».

Выбранное мною направление деятельности детского сада не явилось для нас случайным.

На каждом возрастном этапе перед педагогом стоит задача – создать благоприятные условия развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями каждого ребенка.

Я работала с детьми 5 лет, а это возраст почемучек, исследователей окружающего мира. Мне хотелось, чтобы познавательная активность не угасала. Я начала искать возможность поддерживать и стимулировать детей в этом направлении. Так, я обратила внимание, познакомилась и изучила методику «Гимнастика мозга» и применяю в своей работе.

В данной работе представлены методы и приемы, комплексы игр и упражнений с постепенным усложнением игровых и учебных заданий, формирующих развитие интеллекта посредством кинезиологических упражнений детей старшего дошкольного возраста; запланирована методическая работа с педагогами и родителями по применению кинезиологических упражнений для развития интеллекта и межполушарного взаимодействия.

Потребности педагогической практики в системе развития интеллекта с использованием кинезиологических упражнений, и недостаточная информация этой проблемы в теоретическом плане позволили сформулировать тему моей работы.

Методы исследования:

- Обзорно – аналитический;
- Статистический;
- Наблюдение и беседы.

Основная **цель** моей работы – выявление уровня развития интеллекта и проведение мероприятий по формированию благоприятного его развития в семье и детском саду. В связи с поставленной целью мной была выдвинута **гипотеза:** выявление уровня развития познавательной активности позволит организовать работу с детьми имеющими низкий и средний уровень. Это позволит повысить уровень познавательной активности и даст возможность развивать индивидуально – личностные особенности ребенка. Это возможно лишь при тесном сотрудничестве всех участников педагогического процесса: детей, родителей и воспитателей и конечно психолога.

Мною были определены следующие **задачи**

- проанализировать психолого-педагогические основы методики «Гимнастика мозга» Пола Деннисона;

- подобрать основные методы, приемы, формы использования упражнений в процессе развития детей и адаптировать методику их комплексного применения;
- помочь детям самостоятельно применять упражнения в свободной деятельности;
- Помочь родителям и педагогам усвоить применение данных упражнений в развитии познавательной активности детей в разных видах деятельности и дома.

Практическая значимость опыта работы заключается в том, что разработанная система игр и упражнений с использованием кинезиологических упражнений, направленных на формирование у старших дошкольников полноценной речи, развитие познавательной активности, может быть использована в работе с детьми как учителем-логопедом, педагогом-психологом, воспитателями групп и родителями.

3.2. Этапы и эффективность применения методики упражнений в работе с детьми 5-7 лет.

Опытно-экспериментальная работа, проводимая мною в ДОУ, строилась на основе этапов:

1-й этап - диагностический.

На этом этапе, при взаимодействии с психологом, мы провели обследование детей старшей группы в начале учебного года.

Результатом психологической диагностики явилось то что, познавательная сфера детей находится на низком уровне развития, 58% детей имеют низкий показатель развития. (Приложение №2)

Я провела педагогическую диагностику по всем образовательным областям с помощью наблюдение за детьми в естественных условиях развития - игра, разнообразная деятельность, занятия. (Приложение № 3)

Показателями данной диагностики явились низкий уровень детей в речевом и познавательном развитии (около 40%).

Таким образом, после диагностики и обработки результатов определились направления в работе:

- сотрудничество с семьей (консультации, беседы, Семинары-практикумы, тренинги, презентации)
- взаимодействие с педагогами.(консультации, семинары, семинары-практикумы, тренинги).
- взаимодействие с детьми (разучивание упражнений, использование их в разных видах деятельности)

2-й этап - подготовительный. На подготовительном этапе я изучила теоретический материал, изучила труды отечественных и зарубежных ученых по данной теме.

Проработала многие интернет источники.

Собрав теоретическую базу по вопросу «Гимнастика мозга» приступила к следующему этапу...практическому.

3-й этап – практический этап.

а) Применение упражнений

На основе, уже существующей методики автора, я создала свою картотеку упражнений, дала новые названия им, более интересные для детей («Шапка невидимка», «Мы космонавты» и др., подобрала для каждого упражнения стихи и музыкальное сопровождение. (Приложение № 4)

На основе созданной мной картотеки упражнений, я начала активно внедрять их в педагогический процесс.

В начале своей работы я стала применять самые легкие упражнения и старалась не только обучать детей, как учиться самой. Но чтобы заинтересовать детей, я проводила занятия с применением упражнений на сюжетах сказок. Это давало больше эффекта, чем простое механическое заучивание положения рук и многократного его повторения

Уже к старшей группе был накоплен пусть хоть небольшой, но багаж умений применения кинезиологических упражнений. И вот тогда и начиналась основная плодотворная работа в комплексе. Я уже старалась на занятиях добиваться того, чтобы дети не просто выполняли упражнения, а осознанно подходили к каждому движению.

В подготовительной группе те же упражнения, но вносилась какая-то «изюминка». То ли это было выполнение под музыку, то ли под новые стихи, которые дети вместе с родителями находили в литературе. И старые упражнения звучали по-новому

Часто упражнения включала в качестве физкультминуток на различных занятиях. Упражнения окажутся особо эффективными, если связать их с интересной и актуальной для детей тематикой, использовать сказочных героев и животных.

Вначале, для того чтобы заинтересовать детей я применяла различные игровые задания на карточках, обыгрывала игрушки.

Каждое занятие начинается с игрового или сюрпризного момента. Даже для детей старшего дошкольного возраста это всегда становится для них сюрпризом. Много ли ребенку надо, чтобы почувствовать любопытство, а затем и желание участвовать в этом процессе - выполнении интересных упражнений.

Игрушка нужна для того, чтобы привлечь внимание к выполнению заданий. Перед детьми ставится познавательная задача, например, найти для Золушки проход в лабиринте, чтобы она могла попасть на бал. И для этого, чтобы руки работали ловко, я предлагаю им вначале массажировать каждый пальчик, потом уже выполнить упражнение – например, «кулак-ребро-ладонь». После такой тренировки внимание активизируется, и дети без труда выполняют задание с лабиринтом на карточке.

Я использую на занятиях такие приемы как подражание, действия по образцу, выполнение задания по словесной инструкции. Так, например, вначале, когда учим упражнение, то я применяю эти приемы, а потом усложняю задачу - ставлю ширму, и дети, не видя моего лица, а слушая только мой голос, начинают выполнять мои инструкции. Сначала детям было

трудно, но когда эти приемы мы применяем постоянно, то детям становится легче, и они начинают внимательно прислушиваться к интонации, и выполняют упражнения точнее.

По мере накопления положительных результатов использования в работе гимнастики ума, я делилась опытом с коллегами и родителями.

б) Так я подготовила и провела консультацию для педагогов на тему: «Познавательное развитие дошкольников через использование упражнений «Гимнастика ума». (Приложение №5)

Провела мастер – класс для педагогов по методике «Гимнастика мозга», на котором коллеги сами попробовали выполнить ряд простых, но интересных упражнений. (Приложение № 6)

в) Для родителей воспитанников провела семинар – практикум, с использованием презентации на тему: «Природная мудрость тела». (Приложение № 7)

Создала для них буклеты о пользе упражнений, с примерами.

(Приложение № 8)

4-й этап – анализ проведенной работы.

И последним этапом работы стал этап анализа.

В конце учебного года по результатам диагностики отмечается положительная динамика в развитии познавательной сферы и познавательного развития детей. (Приложение № 9 и № 10)

Анализируя данные диагностики, можно сделать вывод о том, что воспитанниками достигнуты стабильные средние и высокие показатели в конце года, благодаря применению, в том числе упражнений методики.

Развивающий эффект данных занятий проявился прежде всего в интересе детей к разным видам упражнений, которые со временем перерастают в познавательный мотив деятельности детей. Дети становятся более активными и уверенными в своих силах и возможностях и на других занятиях. К концу года улучшаются графические навыки и зрительно-моторные координации детей, формируется произвольность, улучшаются процессы памяти и мышления. Эти занятия помогают в пред школьной подготовке с детьми подготовительной группой.

Результатом стали не только показатели диагностики, но и данные опроса учителей школ, в которые поступили дети, родителей воспитанников и самих детей.

Родители делятся впечатлениями от того, что, применяя упражнения, дети стали усидчивее, внимательнее, могли легче преодолеть стрессовые ситуации, исчез страх перед различными действиями и предстоящей учебной работой у тревожных детей. И даже в общении смогли преодолеть трудности со своими сверстниками.

А учителя отмечают организованность и творческую раскованность детей. Дети, применяющие эти упражнения стали смелее и любознательнее. У них исчезло раздражение, взаимное недовольство, обиды. Применяя данные упражнения для развития познавательной активности, педагоги ДОУ свидетельствуют, что это не просто реальный способ помочь

ребенку лучше учиться в будущем, но и путь развития его личности, раскрытия ее возможностей в различных сферах человеческой деятельности.

Применение этого опыта поможет научить детей лучше и с удовольствием обучаться, и не только смягчит, сделает радостными взаимоотношения в семье, но и поможет раскрыться личности ребенка. Со временем взрослые заметят его прогресс в самых разных сферах деятельности, свободу в движениях, большую открытость, выразительность. На смену былой зажатости, скованности и постоянным сомнениям в себе самом придет стремление к самовыражению и умение достичь этого. Ребенок становится любознательным, самостоятельным и инициативным в принятии решения и рассуждениях.

Заключение

Итак, дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психологического здоровья. До 7 лет человек проходит огромный путь развития, не повторяющийся на протяжении последующей жизни. Среди множества факторов, оказывающих влияние на рост, развитие и состояние здоровья ребёнка, двигательной активности принадлежит едва ли не основная роль. От степени развития естественной потребности ребенка в движении во многом зависят развитие двигательных навыков, памяти, восприятия, эмоций, мышления. Поэтому очень важно обогащать двигательный опыт ребёнка, который составляет его двигательный статус.

Кинезиология призвана сыграть здесь значительную роль. Применение на практике комплекса упражнений, заданий в игровой форме делает доступной тренировку «мозга» для детей дошкольного возраста. Применение данной методики позволяет улучшить у воспитанников память, внимание, речь, пространственные представления, мелкую и крупную моторику, снизить утомляемость, повысить способность к произвольному контролю. Данная методика позволяет выявить скрытые способности дошкольников. Кинезиологические упражнения дают как немедленный, так и накапливающийся эффект. В связи с улучшением интегративной функции мозга у многих детей при этом наблюдается значительный прогресс в обучении, а также в управлении своими эмоциями.

Кинезиологические упражнения «оживляют» и оптимизируют образовательный процесс. Снижают заболеваемость, утомляемость детей. При использовании кинезиологических методов повышается стрессоустойчивость организма, работоспособность. Улучшается мыслительная деятельность. Повышается уровень развития памяти, внимания, речи, пространственных представлений, зрительно-моторной координации. В результате повышается и уровень эмоционального благополучия ребенка.

Как показывает опыт работы, кинезиологические упражнения в условиях ДОО расширяют круг общения детей, создают общность интересов между дошкольниками и их родителями. Воспитывают коммуникативные качества. Позволяют активизировать познавательные интересы. Организуют и дисциплинируют детей. Внедряя методы педагогической кинезиологии в практику работы с дошкольниками, важно осознавать необходимость создания педагогических условий для их реализации. Отмечу, что кинезиологические упражнения полезны при усвоении естественных двигательных действий и двигательных действий, которые редко или почти не встречаются в жизни. Именно они, тщательно подобранные и дозированные, могут дать наибольший результат в развитии личности и познавательной сферы дошкольников.

Данный опыт работы – часть системной пред школьной подготовки, которая построена на ведущей деятельности дошкольника – игре. Он основывается на принципах личностно-ориентированного подхода к ребенку, способствует созданию между взрослым и ребенком атмосферы сотрудничества, учитывает индивидуальные характеристики детей. Доступность содержания позволяет развивать способности ребенка, межполушарное взаимодействие, проявлять самостоятельность, познавательную активность, что является одним из главных признаков готовности ребенка к школе.

Литература

1. Аршавский И.А. Физиологические механизмы и закономерности индивидуального развития. - М., 1985.
2. Афонькин С.Ю., Рузина М.С. Страна пальчиковых игр. - СПб., 1997.
3. Гордеев В.И., Александрович Ю.С. Методы исследования развития ребенка: качество жизни (QOL) – новый инструмент оценки развития детей. – СПб.: Речь, 2001.
4. Данилова Н.Н., Крылова А.Л. Физиология высшей нервной деятельности - М., 1989.
5. 7. П.Деннисон, Г. Деннисон «Программа «Гимнастика ума». Пер. С.М.Масгутовой, Москва, 1997 г.
6. . В.Д. Еремеева «Мальчики и девочки – два разных мира», «Линка – пресс», Москва, 1998 г.
7. Лютова Е.К., Моница Г.Б. Шпаргалка для взрослых. – СПб.: Речь, 2002.
8. Рузина М.С. Пальчиковые и телесные игры для малышей – СПб.: Речь, 2003.
9. Симонов П.В., Ершов П.М. Темперамент, характер, личность – М.: Наука, 1984.
10. Сиротюк А.Л. «Обучение детей с учётом психофизиологии», «Сфера», Москва 2001г.
11. Сиротюк А.Л. «Нейропсихологическое и психофизиологическое сопровождение обучения», «Сфера», Москва 2003г
12. Семенович А.В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза: Учебное пособие. — М.: Генезис, 2007.
13. Самоукина Н.В. Игры в школе и дома: психотехнические упражнения и коррекционные программы. – М., 1993.
14. Сухомлинский В.А Самый отстающий в классе...// Воспитание школьников – М., 1991.
15. Хризман Т.П. Развитие функций детского мозга – Л., 1978.
16. Цвынтарный В.В. Играем пальчиками и развиваем речь. СПб., 1996.
17. Шанина Г.Е Упражнения специального кинезиологического комплекса для восстановления межполушарного взаимодействия у детей и подростков: Учебное пособие – М., 1999.

Интернет источники:

18. www.uchitelya.com,
19. www.razumniki.ru,
20. www.goroddetstva.ru,
21. www.razumniki.ru,
22. www.aif.ru.

Упражнения движения, пересекающие среднюю линию тела.

Данные упражнения помогают использовать оба полушария гармонично, что способствуют улучшению координации левой и правой половины тела, ориентации в пространстве, способствуют улучшению слуха и зрения, обеспечивают прилив жизненных сил. Они так же улучшают навыки орфографии, письма, аудиального восприятия, чтения и понимания.

1. Упражнение «Перекрестные шаги»

Встаньте прямо, голова находится по средней линии тела. Одновременно поднимите вашу правую руку и левую ногу, легонько касаясь локтем руки левого колена. Затем верните руку и ногу в исходную позицию и поднимите левую руку и правую ногу, дотрагиваясь локтем левой руки до противоположного колена. Повторяйте эти движения в течение примерно минуты, как будто вы ритмично идете. Голова остается на месте.



2. Упражнение «Ленивая восьмерка».

Нарисуйте большим пальцем вытянутой руки знак бесконечности на уровне глаз. Движение начинайте влево вверх, против часовой стрелки. Сделайте это 3 раза, затем сделайте то же самое другой рукой. Затем повторите всё упражнение правой и левой рукой ещё 3 раза. После этого соедините ладони «в замок» (при этом большие пальцы окажутся перекрещенными) и выполните упражнение ещё 3 раза.



3. Упражнение «Двойной рисунок».

Возьмите в каждую руку карандаш или ручку. Изобразите на листе бумаги что угодно, двигая обеими руками одновременно: навстречу друг другу; вверх-вниз, т. е. левой рукой вверх, правой рукой – вниз, и наоборот; разводя в разные стороны.



Упражнения, повышающие энергию тела.

Данные упражнения улучшает внимание, способность к самовыражению, спокойное думанье в процессе работы, восприятию информации.

1. Упражнение «Энергетическая зевота».

Изображая зевание, плотно закройте глаза и массируйте зоны, где соединяются челюсти (в районе нижних и верхних коренных зубов). Массаж сопровождается глубоким расслабляющим звуком зевания. Делайте в течении 1 -2 минут.



2. Упражнение «Кнопки мозга».

Положите правую руку на пупок, левую на нижнее основание ключицы по правую сторону от грудины. Массируйте левой рукой основание ключицы, держа другую руку на пупке. Повторите то же, переменяя руки.



3. Упражнение «Кнопки Земли».

Прикоснитесь двумя пальцами правой руки к точкам под нижней губой, а левой – к верхнему краю лобовой кости. Вдохните «энергию» глубоко в центр тела. Держите руки на точках, делая глубокий вдох и выдох.



Упражнения, растягивающие мышцы тела.

Данные упражнения направлены на улучшение внимания, моторной координации для письменной работы, увеличение фокуса и концентрации без напряжения, улучшение дыхания и состояние спокойствия, улучшение способности выражать идеи, увеличение энергии в руках и пальцах.

1. Упражнение «Активизация рук».

Вытяните левую руку вверх над головой, чувствуя, как рука тянется от вашей грудной клетки. Правую руку положите на левую ниже локтя. Левая рука совершает последовательные движения в каждую из четырех

сторон, относительно головы: вперед, назад, в сторону и по направлению к уху, а правая рука препятствует этому движению в течение восьми секунд, не давая левой руке двигаться. Теперь встаньте и позвольте левой руке свободно повиснуть вдоль тела. Можете теперь сравнить длину рук, вытянув их вперед перед собой. Если вы правильно делали упражнение, то ваша левая рука станет чуть длиннее правой за счет того, что расслабились мышцы. Повторите упражнение со второй рукой.



2. Упражнение «Сова».

Схватите и плотно сожмите мышцы правого плеча левой рукой. Поверните голову и посмотрите назад через плечо. Вдохните глубоко и разверните плечи. Посмотрите через левое плечо и распрямите плечи. Опустите подбородок на грудь и глубоко вдохните, расслабляя мышцы. Повторите то же самое, схватив левое плечо правой рукой.



3. Упражнение «Заземлитель».

Стоя свободно, разведите ноги в стороны. Правую ступню направьте вправо, а левую прямо вперед. Выдох, согните правое колено; вдох – выпрямите правое колено. Во время упражнения плотно прижимайте руки к пояснице, это усиливает работу мышц пояса. Сделайте упражнение трижды, а потом повторите его по отношению к левой ноге.



Упражнения, углубляющие позитивное отношение, поднимающие настроение.

Данные упражнения повышают способность к организованной деятельности, активизирует работу памяти, учебных навыков. Снимают стресс перед контрольными работами, спортивными соревнованиями, публичными выступлениями и помогает при чтении вслух.

1. Упражнение «Позитивные точки».

Прикоснитесь легко кончиками пальцев каждой руки к точкам, которые находятся над центром каждого глаза и на средней линии между бровями и линией роста волос. Используйте достаточно легкое давление, чтобы немного натянуть кожу. Держите примерно минуту до легкой пульсации под пальцами.

2. Упражнение «Шляпа мышления».

Большими и указательными пальцами обеих рук оттяните уши немного назад, расправляя их. Начните с верхнего края уха и, массируя их, спускайтесь постепенно вниз, до кончиков мочки уха. Повторяйте упражнение не менее трёх раз.



3. Упражнение «Крюки».

Упражнение состоит из двух частей. Первая часть: крестите лодыжки. Вытяните вперёд руки, поверните ладони тыльной стороной друг к другу, и скрестите запястья, ладони при этом соединяются. Теперь переплетите пальцы обеих рук и притяните «замок» к груди (при этом вы делаете движение, когда сплетённые кисти описывают полукруг через низ и переворачиваются костяшками пальцев вверх, когда приближаются к груди). Оставайтесь в этом положении около минуты, дышите медленно и глубоко, глаза можно закрыть. Когда делаете вдох, касайтесь твёрдого нёба кончиком языка, и расслабляйте язык на выдохе.

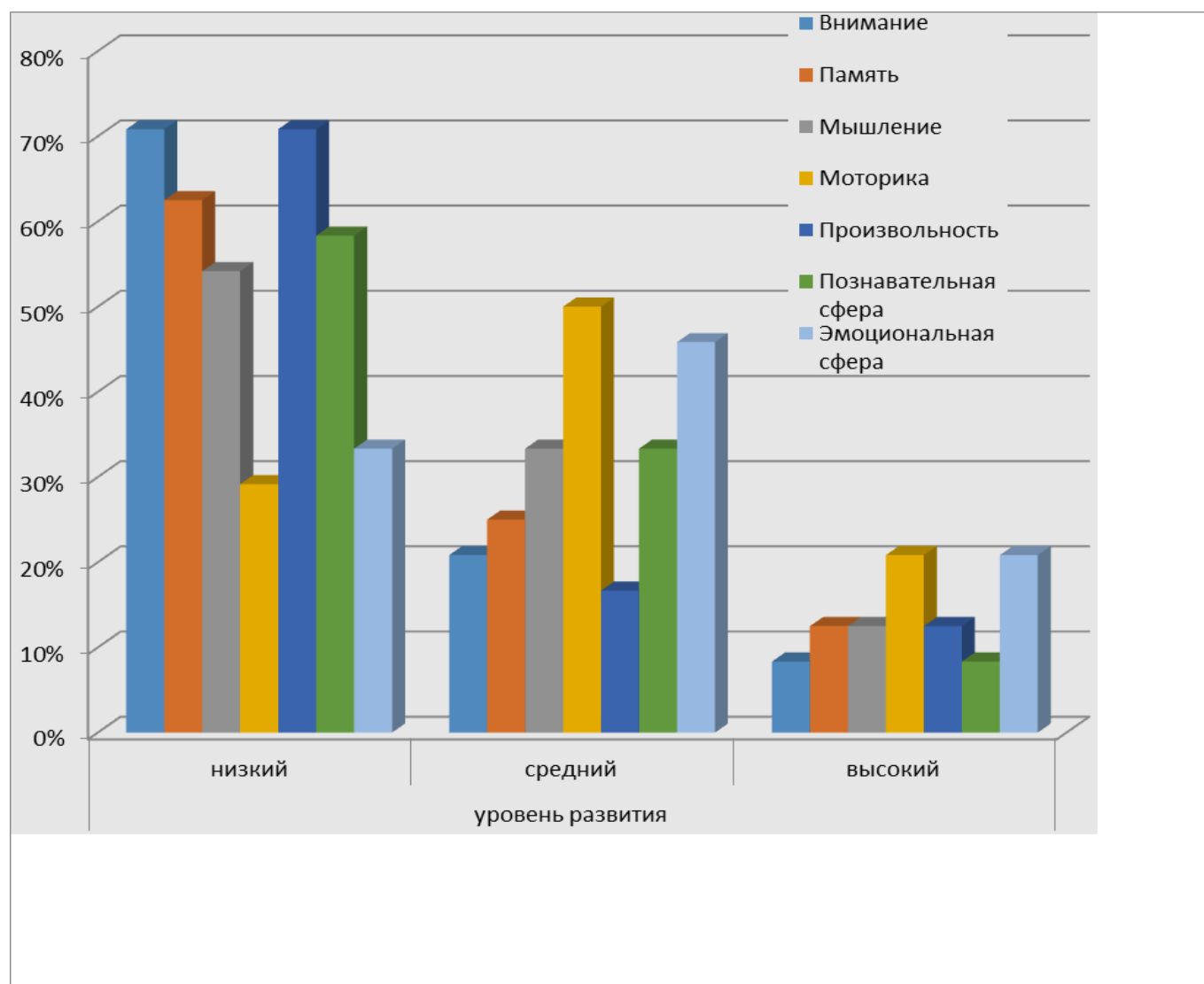
Вторая часть: когда вы закончили первую часть упражнения и готовы приступить ко второй, расплетите «замок» и соедините их кончики пальцев снова перед грудиной. Продолжайте глубоко дышать и поднимать кончик языка к твёрдому нёбу при вдохе.



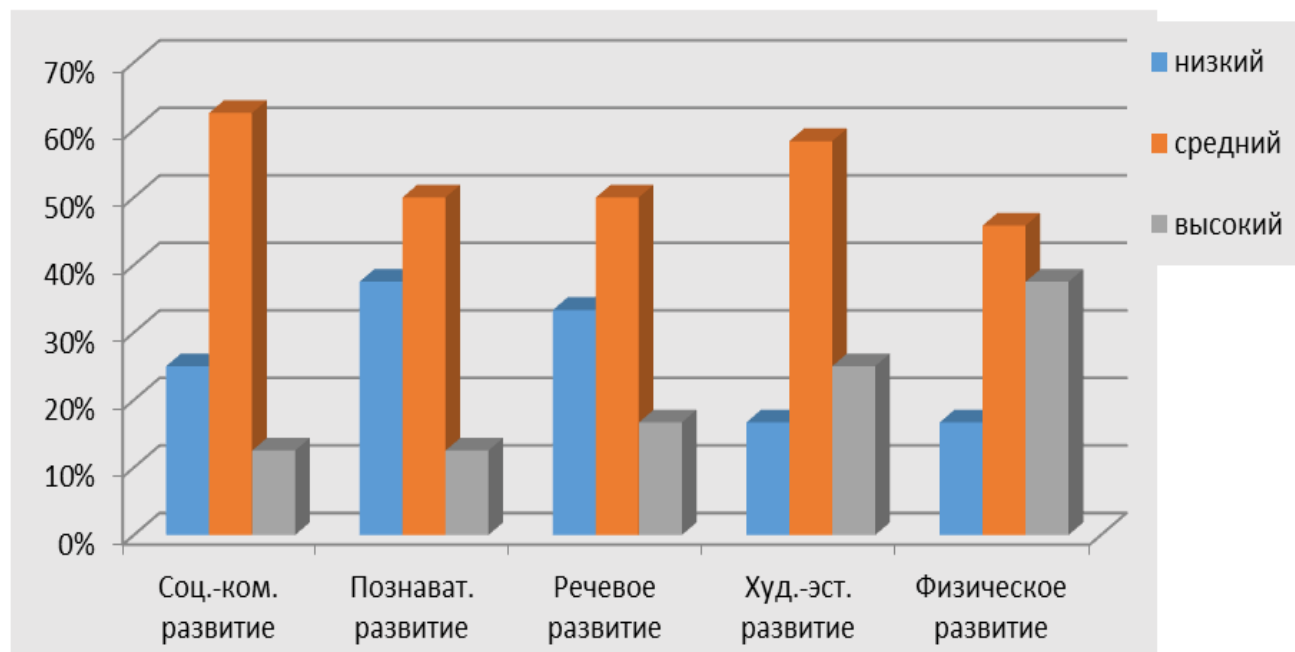
В работе с детьми рекомендуется системно применять упражнения «Гимнастики мозга» для тренинга определенных функций. Ее можно применять как пятиминутку между занятиями в детском саду или как физкультурные занятия все будет зависеть, какой конечный результат планируете получить.

Упражнения гимнастики мозга дают возможность задействовать те участки мозга, которые раньше не участвовали в обучении, и решить проблему неуспешности ребенка. Высшим достижением педагога, работающего по данной методике, было бы обучение этим упражнениям ребенка, чтобы он мог выполнять их самостоятельно дома. Но поскольку речь идет о детях дошкольного возраста, то необходимо научить родителей применять эту методику дома вместе с ребенком.

**Психологическая диагностика
начало года старшая группа 2014 – 2015 у.г.**



**Педагогическая диагностика
начало года старшая группа 2014 – 2015 у.г.**



Упражнение «Сова».

Благодаря "уханью" снимаются челюстные зажимы, что делает речь связной. Это упражнение особенно полезно после продолжительного письма, работы с компьютером. Оно также стимулирует внутреннюю речь и творческое мышление.



Над землей летают тени.
Раздается чье-то - «Ух».
Я скажу вам без сомнений, -
у совы хороший слух.
Не шуршите в травах, мыши, -
когти острые у сов.
Кто не спит, сидите тише
вплоть до утренних часов.

Сова на дереве сидела,
И во все глаза глядела:
Может быть, упала шишка,
Или пробежала мышка.
Не мешало бы опять
Мышку на обед поймать.
«Лучше ухаты, чем охаты,-
Сказала сова.
И подумала я:
«А сова то права...»

Упражнение «Тянем - потянем».

Что может быть приятнее, чем от души потянуться! Вот кошка припадает на передние лапы и прогибает спину. Птица на ветке вытягивает шею, мы просыпаемся утром и потягиваемся всем телом, готовясь к новому дню. Предлагаемые движения помогут детям и взрослым быстро настроиться на выполнение важной работы. Это упражнение лучше проводить как физ. минутку при организации непосредственно образовательной деятельности по развитию речи и чтению художественной литературы. способствуют концентрации внимания. Они помогают сделать речь более выразительной, более четко излагать свои мысли в разговоре.



**Это кто уже проснулся?
Кто так сладко потянулся?
Потягушки - потягушечки,
От носочков до макушечки!
Мы потянемся – потянемся,
Маленькими не останемся!
Вот как, вот как мы растем, растем!
Вот как ножками пойдем, пойдем!**

Упражнение "Шапка-невидимка».

Возьмемся за уши, друзья!

Можно выполнять стоя и сидя.

Эти движения обостряют слух, помогают работе кратковременной памяти, повышают умственные и физические способности.

Упражнение полезно детям при организации непосредственно образовательной деятельности по развитию элементарных математических представлений, так как поможет быстро сконцентрировать внимание.

Упражнение помогает детям избежать ситуации "Знаю ответ, но никак не могу вспомнить". С его помощью дети активнее усваивают новую информацию, у них улучшается память.



**Мне бы шапку-невидимку,
Крылья, типа самолёт.
Я бы в небо завихрился
И включил автопилот.
Я бы лёгкие расправил,
И вдохнул их во всю грудь.
Руки широко расставил,
Устремившись в Млечный путь.
Чтоб никто меня не видел,
Да и я б закрыл глаза.
Все бы звёзды я увидел,
Устремившись в небеса.
Хорошо быть невидимкой,
Но в реале ждут друзья.
Быть хочу для них реальным.
Полетал! Привет Земля!**

Упражнение «Зарядимся энергией».

Движения улучшают зрение, нормализуют дыхание. Это способствует повышению концентрации внимания, актуализирует кратковременную память, развивает математические навыки, логику.



Чтобы быть всегда здоровым,
Не ходить, дрожа, к суровым,
Или даже — к очень добрым,
Но серьезным докторам,
Чтоб носиться без оглядки,
Чтоб играть с друзьями в прятки,
Ежедневную зарядку
Нужно делать по утрам.

Упражнение «Вместе весело шагать...».

Перекрёстный шаг активизирует интеграцию левого и правого полушарий головного мозга. Можно проводить при организации непосредственно образовательной деятельности по развитию элементарных математических представлений.

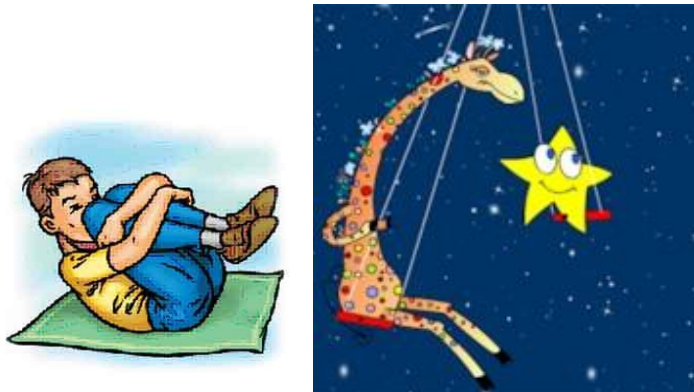


**Вместе весело шагать по просторам,
По просторам, по просторам
И, конечно, припевать лучше хором,
Лучше хором, лучше хором.**

**Спой-ка с нами, перепёлка, перепёлочка,
Раз иголлка, два иголлка - будет ёлочка.
Раз дощечка, два дощечка - будет лесенка,
Раз словечко, два словечко - будет песенка.**

Упражнение «Качели».

Из-за дефицита физических нагрузок нашему телу в осеннее время года так не хватает бодрости, энергии, драйва. Поэтому утром все сложнее проснуться, а днем тяжело сосредоточиться на выполнении заданий. И тем более – суметь быстро решить задачу или найти дополнительное нестандартное решение.



**Ах, качели! Ах, качели!
Подхватили, полетели,
Оторвали от земли,
Прямо в небо унесли!
Перехватывает дух,
Сердце замирает,
Вверх - ух! Вниз - ух!
Всё в глазах мелькает!
Я лечу! Я лечу!
И кричу, и хохочу!
Посильнее раскачаюсь,
Прямо в небо улечу!**

Упражнение "Фантазеры".

Упражнение возвращает детей в состояние творческого познания окружающей действительности. Оно повышает концентрацию внимания, сосредоточенность, улучшает восприятие новой информации и творческие способности.

Движения также подпитывают энергией для быстрого выполнения учебных заданий, принятия правильных решений. Они способствуют улучшению координации движений, снимают стресс статичной позы.



**У котёнка много дел,
Он с утра везде успел.
Поиграл с бумажной «мышкой»,
Разорвал, проказник, книжку.
Разобрался с грозным псом,
Чтоб не лаял перед сном.
Разузнал – готов ли ужин.
Глаз хозяйский всюду нужен.**

Упражнение «В открытом космосе».

Несколько минут (5-7) занятий дают высокую умственную энергию. Эти упражнения помогают удерживать вертикальную позу и не сутулиться, освобождают от напряжения. Активизирует ощущение баланса и чувства координации. Повышается зрительное внимание.



**В космосе так здорово!
Звёзды и планеты
В чёрной невесомости
Медленно плывут!**

**В космосе так здорово!
Острые ракеты
На огромной скорости
Мчатся там и тут!**

Консультация для воспитателей:

Познавательное развитие дошкольников через использование упражнений «Гимнастика ума».

Детей дошкольного возраста нужно не учить, а развивать. Развитие стоит во главе угла. Развивать нужно посредством доступной для их возраста деятельности – игры. Одна из важных задач современного дошкольного воспитания – создание таких условий, которые способствовали бы развитию ребенка, раскрытию его творческого потенциала. Познавательные процессы являются составной частью любой человеческой деятельности, которые обеспечивают ту или иную ее информацию.

Профессия воспитателя особенная. Она выделяется среди других своей многогранностью. Моя жизненная позиция: не бывает: не талантливых детей, талантлив каждый ребенок. И моя задача помочь раскрыть эти природные таланты, используя для этого различные технологии.

Вступивший в силу в январе 2014 года Федеральный Стандарт Дошкольного образования (*ФГОС ДО*) ставит перед педагогами решение целого ряда задач.

Решая, задачи нельзя забывать о принципах дошкольного образования, указанных в Стандарте.

На каждом возрастном этапе перед педагогом стоит задача – создать благоприятные условия развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями каждого ребенка.

Я работала с детьми дошкольниками, а это возраст почемучек, исследователей окружающего мира. Мне хотелось, чтобы познавательная активность не угасала.

Термин «познавательная активность» разные ученые понимают по-разному. Одни отождествляют активность с деятельностью, другие считают активность результатом деятельности, третьи утверждают, что активность – более широкое понятие, чем деятельность.

Г.И. Щукина определяет «познавательную активность» как качество личности, которое включает стремление ребенка к познанию, выражает интеллектуальный отклик на процесс познания. Качеством личности «познавательная активность» становится, по ее мнению, при устойчивом проявлении стремления к познанию. Это структура личностного качества, где потребности и интересы обозначают содержательную характеристику, а воля представляет форму. Проблема формирования познавательной активности на личностном уровне преимущественно сводится к рассмотрению мотивации познавательной деятельности и к способам формирования познавательных интересов детей старшего дошкольного возраста.

Я начала искать возможность поддерживать и стимулировать детей в этом направлении. Так, я обратила внимание, познакомилась и изучила методику «Гимнастика мозга» и применяю в своей работе

Эта методика была разработана американским ученым Полом Деннисоном в Америке в 70х годах. Впервые в России она появилась в 1988 году.

Методика основана на кинезеологических упражнениях, т.е. с помощью движений развиваем мозг.

Но на самом деле слово кинезеология было известно уже давно, еще Гепократ и Аристотель использовали кинезеологические упражнения для развития интеллекта и других сторон личности. Отечественные ученые такие как Александр Романович Лурия, Алексей Николаевич Леонтьев, Лев Семенович Выготский определили пользу кинезеологических упражнений.: влияют на развитие головного мозга и позволяют развивать межполушарное взаимодействие коры больших полушарий мозга ребёнка, способствуя тем самым процессу развития его личности.

Гимнастика мозга состоит из простых и доставляющих удовольствие движений и упражнений. Они эффективны для развития интеллектуальных процессов и повышения умственной работоспособности. Упражнения улучшают мыслительную деятельность, способствуют запоминанию, повышают внимания, помогают в развитии речевых функций, облегчают процессы чтения и письма; дают положительный эффект при занятиях музыкой, живописью и всеми видами танцев.

Благодаря тому, что упражнения «Гимнастики Мозга» снижают стресс, они также улучшают общее состояние здоровья и является одной из составляющих здоровье сберегающих технологий..

Все упражнения делятся на 4 группы.

1 группа – это движения, пересекающие среднюю линию тела, образованную его правой и левой половиной.

2 группа – это упражнения, растягивающие мышцы тела.

3 группа – упражнения, повышающие энергию тела.

4 группа – упражнения, которые способствуют углублению позитивного отношения.

Огромная польза и привлекательность ГМ состоит в её простоте и практичности. Человек может выполнять эти упражнения в любое время и в любом месте. Главная идея, этих упражнений – развивающая работа должна быть направлена от движения к мышлению, а не наоборот.

Сегодня этот метод успешно используется в детских садах, школах, спортивных секциях, в больницах, психологических консультациях.

Мастер – класс для педагогов.



**Семинар – практикум для родителей.
Презентация на тему: «Природная мудрость тела».**



Упражнения для развития детей.

Улучшают мыслительную деятельность, синхронизируют работу полушарий, способствуют улучшению запоминания, повышают устойчивость внимания, облегчают процесс письма.

1. «Массаж ушных раковин». Уши сильно разотрем, и погладим, и помнем. Помассировать мочки ушей, затем всю ушную раковину. В конце упражнения растереть уши руками.

2. «Качание головой». Покачаем головой – неприятности долой. Дышать глубоко. Расправить плечи, закрыть глаза, опустить голову вперед медленно раскачивать головой из стороны в сторону.

3. «Домик». Мы построим крепкий дом, жить все вместе будем в нем. Соединить концевые фаланги выпрямленных пальцев рук. Пальцами правой руки с усилием нажать на пальцы левой руки. Отработать эти движения для каждой пары пальцев.

4. «Ладонка». С силой на ладошку давим, сильной стать ее заставим. Пальцами правой руки с усилием нажать на ладонь левой руки, которая должна сопротивляться. То же для другой руки.

5. «Колечко». Ожерелье мы составим – маме мы его подарим. Поочередно

*Скажи мне — и я забуду,
покажи мне — и я запомню,
дай мне сделать — и я пойму.*

6. «Поворот». Ты головку поверни, за спиной что? Посмотри. Повернуть голову назад и постараться увидеть предметы, находящиеся сзади.

7. «Ладонки». Мы ладошки разотрем, силу пальчикам вернем. Костяшками сжатых в кулак пальцев правой руки двигать вверх-вниз по ладони левой руки. То же для правой руки.

8. «Потанцуем». Любим все мы танцевать, руки-ноги поднимать. Поднять (не высоко) левую ногу, согнув ее в колене, и кистью (локтем) правой руки дотронуться до колена левой ноги, затем то же с правой ногой и левой рукой.

9. «Дерево». Мы растем, растем, растем и до неба достаем. Сидя на корточках, спрятать голову в колени, колени обхватить руками. Это семечко, которое постепенно прорастает и превращается в дерево. Медленно подняться на ноги, распрямить туловище, вытянуть руки вверх. Подул ветер. Раскачивать тело, имитируя дерево.

10. «Водолазы». Водолазами мы станем, жемчуг мы со дна достанем. Лечь на спину, вытянуть руки. По команде одновременно поднять прямые ноги, руки и голову. Держать позу максимально долго.

Родителям

Будущих умников и умниц:

«Мудрые движения»



Практические советы

Народная мудрость

Есть такая наука – **кинезиология**.

Это наука о развитии головного мозга через движение.

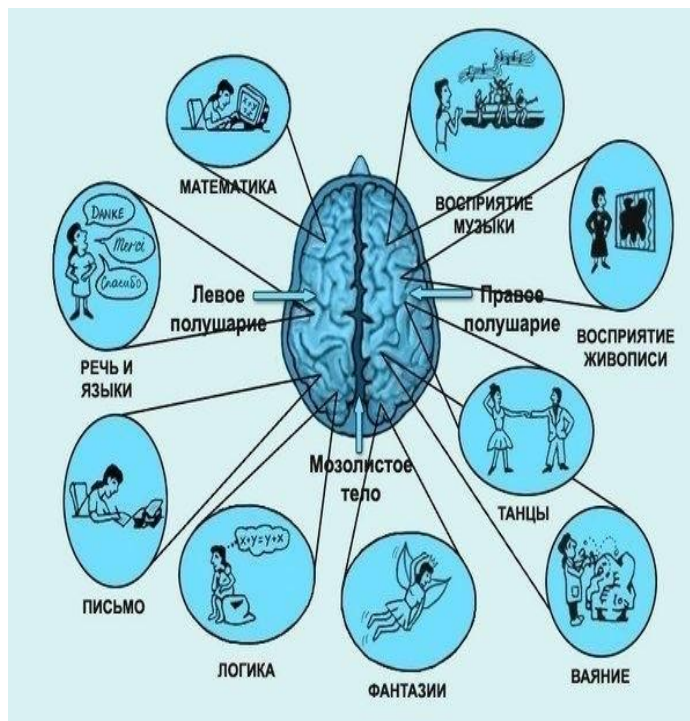
Головной мозг состоит из двух полушарий.

Правое полушарие головного мозга – гуманитарное, образное, творческое – отвечает за тело, координацию движений, пространственное и кинестетическое восприятие.

Левое полушарие головного мозга – математическое, знаковое, речевое, логическое, аналитическое – отвечает за восприятие – слуховой информации, постановку целей и построений программ.

Единство мозга складывается из деятельности двух полушарий, тесно связанных между собой системой нервных волокон (мозолистое тело). Оно необходимо для координации работы мозга и передачи информации из одного полушария в другое.

Кинезиологические упражнения активизируют полноценную деятельность ума и тела, помогают управлять своей



Комплексы кинезиологической гимнастики включают в себя:

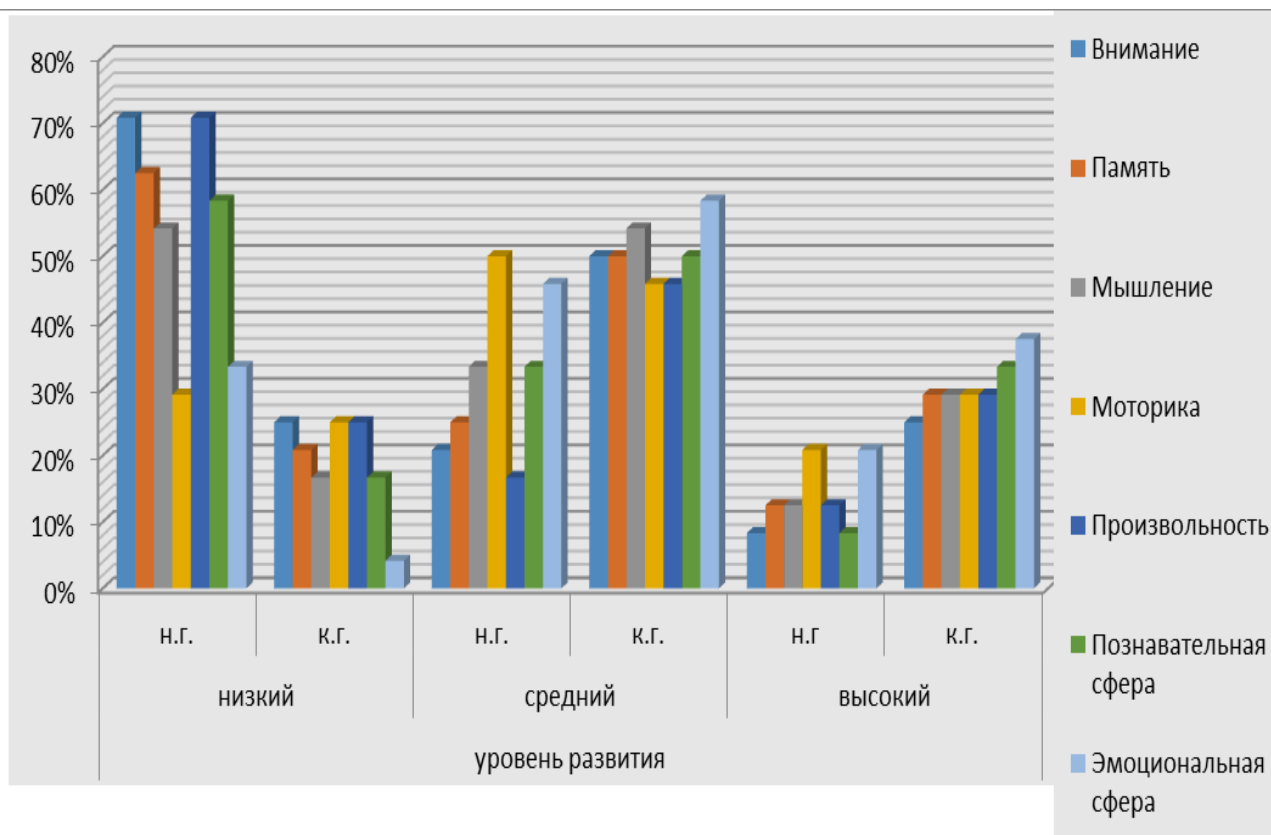
- **дыхательные упражнения**
 - **растяжки**
 - **глазодвигательные упражнения**
 - **телесные упражнения**
- **упражнения на релаксацию и массаж**

Кинезиологические занятия дают как немедленный, так и кумулятивный (накапливающийся) эффект для повышения умственной работоспособности и оптимизации интеллектуальных процессов.

Требования к выполнению кинезиологических упражнений:

точное выполнение движений и приёмов
заниматься необходимо ежедневно
занятия должны проводиться в спокойной, доброжелательной обстановке
продолжительность занятий может составлять от 5-10 до 20 минут в день

Сравнительная психологическая диагностика старшей группы конец 2014 – 2015 у. г.



**Сравнительная педагогическая диагностика
старшей группы конец 2014 – 2015 у. г.**

