



Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 18 "Солнышко"



**Мастер-класс на тему:**  
**«Кинезиология как метод коррекции  
недостатков речевого развития у детей  
дошкольного возраста с ОНР»**



**Подготовила: педагог-психолог  
М.Г. Горюнова**

г.Приморско-Ахтарск

# Кинезиология как метод коррекции недостатков речевого развития у детей дошкольного возраста с ОНР

## Ход мастер – класса

☆ Прежде, чем начать, я предлагаю Вам, уважаемые коллеги, зарядиться положительными эмоциями, а для этого мы с Вами отправимся на природу. Сядьте, пожалуйста, удобно и закройте глаза.

☆ Представьте себе, что вы стоите возле водопада. Чудесный день, голубое небо, теплое солнце. Горный воздух свеж и приятен. Вам дышится легко и свободно. Но водопад наш необычен, вместо воды в нем падает мягкий белый свет. Представьте себе, что вы стоите под этим водопадом и почувствуйте, как этот прекрасный белый свет струится по вашей голове. Вы чувствуете, как он льется по лбу, затем по лицу, по шее... Белый свет течет по вашим плечам..., помогает им стать мягкими и расслабленными... А нежный свет течет дальше по груди., по животу... Пусть свет гладит ваши руки, пальцы. Свет течет и по ногам и вы чувствуете, как тело становится мягче и вы расслабляетесь. Этот удивительный водопад из белого света обтекает все ваше тело. Вы чувствуете себя совершенно спокойно, и с каждым вдохом вы все сильнее расслабляетесь. Волшебный свет наполнил вас свежими силами и энергией.

Запомните свои ощущения и чувства, захватите их с собой, возвращаясь из путешествия. Пусть они будут с Вами на протяжении всего дня. А сейчас хорошо отдохнувшие, с прекрасным настроением и позитивными эмоциями мы откроем глаза.

### *Актуальность проблемы.*

Следует отметить, что за последние годы увеличилось число детей с общим недоразвитием речи. Для данного контингента воспитанников характерны: системное нарушение речевой деятельности, недостаточная речевая активность, которая накладывает отпечаток на формирование у детей сенсорной, интеллектуальной и аффективно-волевой сферы, незрелость психических процессов, пространственные нарушения, приводящие к расстройствам письменной речи (дислексии и дисграфии), снижение работоспособности, отставание в развитии двигательной сферы, которая характеризуется плохой координацией движений. И как следствие – трудности в процессе усвоения школьных программ и адаптации к школе.

А так как современный мир стремительно меняется: запросы школы и общества таковы, что ребенок должен быть готов воспринимать большой объем информации, ориентироваться в нем, стараться быть успешным и конкурентоспособным, то эта проблема не теряет своей актуальности.

По мнению нейрофизиологов, кинезиологов, *определяющую роль в возникновении речевых нарушений играют нарушения функциональной асимметрии коры больших полушарий головного мозга и межполушарного взаимодействия. То есть одной из причин является «координационная неспособность» к обучению, неспособность правого и левого полушария к интеграции.*

В детском возрасте существует тесная связь между телом и психикой: развитие основных двигательных функций происходит от момента рождения до 1 года; развитие более сложных двигательных функций и созревание чувственной сферы от 1 года до 3 лет; созревание эмоциональной сферы от 3 до 12 лет. Любое нарушение развития в детском возрасте затрагивает также и двигательную сферу. Поэтому сформированность общей, артикуляционной и пальчиковой моторики, с одной стороны, является важнейшим показателем состояния ребёнка, с другой, именно через движение мы можем оптимизировать процесс подготовки к школе детей с ОНР. Следовательно, развивающая работа должна быть направлена от движения к мышлению, а не наоборот.

На сегодняшний день одним из перспективных средств такого развития выступают кинезиологические упражнения.

Кинезиология – наука о развитии умственных способностей и физического здоровья через определенные двигательные упражнения. Эти упражнения позволяют создать новые нейронные сети и улучшить межполушарное взаимодействие, которое является основой интеллекта. Слово «кинезиология» происходит от греческого слова «кинезис», обозначающего движение, и «логос» - наука, т. е. наука о движениях. Кинезиология, как наука – достаточно молодое направление, однако истоки кинезиологии следует искать почти во всех известных философских системах древности и прогрессивных течениях современности. Так древнекитайская

философская система Конфуция демонстрировала роль

определенных движений для укрепления здоровья и развития ума.

Сходные элементы содержала древнеиндийская йога, основной целью которой было обретение высших психофизических способностей. Искуснейший врач Греции Гиппократ, родившийся в 460 году до н. э., также пользовался элементами кинезиотерапии.

Секрет красоты и молодости Клеопатры заключался в том, что она на протяжении

всей жизни использовала кинезиологические упражнения, за счет которых поддерживала свой мозг в активном состоянии.

Известно, что старение организма начинается со старения мозга. Поддерживая мозг в состоянии молодости, мы не позволяем стариться всему телу.

Кинезиология как наука возникла в 60-х годах XX века, как синтез древневосточных учений (философия, медицина) и современных наук (генетика, информатика, кибернетика, психонейрофизиология, психология, педагогика).

Всем нам известно, что человеческий мозг состоит из двух полушарий. По исследованиям физиологов 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). Обычно у человека одно из полушарий является доминирующим и это проявляется *в различии способа переработки информации*. Люди с доминирующим *левым* полушарием обладают *логическим* складом ума. А творческие личности – это люди с доминирующим *правым* полушарием. Я предлагаю вам прямо сейчас определить, какое полушарие доминирует именно у вас. Для этого мы сейчас воспользуемся одной из методик определения функциональной асимметрии полушарий (**тест И.П. Павлова**).

Разложите карточки по 3 на 3 группы так, чтобы в каждой группе было что-то общее.

**Оценка результатов:** Если Вы разложили карточки по 1 варианту, а именно: *1-я группа карточек – «карась», «орел», «овца». 2-я группа карточек – «бегать», «плавать», «летать». 3-я группа карточек – «шерсть», «перья», «чешуя».* То у вас преобладает логическое мышление, у вас мыслительный тип и доминирует левое полушарие. Если Вы разложили карточки по 2 варианту, а именно: *1-я группа карточек – «карась», «плавать», «чешуя». 2-я группа карточек – «орел», «летать», «перья». 3-я группа карточек – «овца», «бегать», «шерсть».* То у вас образное мышление, у вас художественный тип и доминирует правое полушарие.

При несформированности межполушарного взаимодействия не происходит полноценного обмена информацией между правым и левым полушариями, каждое из которых постигает внешний мир по-своему. Для совместной работы обоих полушарий требуется их функциональная связь. А пик работоспособности мозга приходится на те мгновения, когда мышление обоих полушарий синхронизируется. Доктор психологических наук, профессор А.Л. Сиротюк, занимавшаяся данной проблемой, разработала развивающую кинезиологическую программу для дошкольников, цели которой:

- развитие межполушарного взаимодействия;
- синхронизация работы полушарий;
- развитие мелкой моторики;
- развитие памяти, внимания, речи; мышления.

Сегодня я предлагаю вам познакомиться с видами кинезиологических упражнений и выполнить несколько простых, но действенных упражнений вместе с нами.

### **Виды кинезиологических упражнений:**

#### ***Растяжки***

##### **1 упражнение: «Дерево»**

*Цель: Нормализует гипертонус и гипотонус.*

Дети сидят на корточках. Прячут голову в колени, обхватив их руками.

«Представьте, что вы – семечко, которое прорастет и превратится в дерево. Медленно поднимитесь на ноги, затем распрямите туловище, вытяните руки вверх. Затем напрягите тело и вытянитесь. Подул ветер – вы раскачиваетесь, как дерево».(под музыку)

***Дыхательные упражнения*** (12 глубоких вдохов через нос, выдохов через рот,)  
Цель: улучшить ритмы, повысить энергетическое обеспечение деятельности мозга, профилактика соматических заболеваний, снятие стрессов.

***-Глазодвигательные упражнения***

***-Телесные движения (перекрестные движения)***

***-Упражнения для развития мелкой моторики рук***

***-Упражнения для релаксации*** (в начале мастер-класса)

**ДЛЯ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩЕЙ РАБОТЫ НЕОБХОДИМО УЧИТЫВАТЬ ОПРЕДЕЛЕННЫЕ УСЛОВИЯ:** Упражнения необходимо проводить ежедневно. С начало детям с раннего возраста учить выполнять пальчиковые игры от простого к сложному.

- занятия проводятся утром;
- занятия проводятся ежедневно, без пропусков;
- занятия проводятся в доброжелательной обстановке;
- от детей требуется точное выполнение движений и приемов;
- упражнения проводятся стоя или сидя за столом;
- длительность занятий по одному комплексу составляет две недели.

Подробнее хотелось бы остановиться на комплексе кинезиологических упражнений, способствующих развитию мелкой моторики рук и поделиться своим опытом.

### **Комплекс упражнений для развития мелкой моторики рук**

● *Дети, которым удаются изолированные движения пальцев – говорящие дети.*

Эти упражнения необходимо проводить ежедневно. Ребенок выполняет вместе с взрослыми, затем самостоятельно по памяти, постепенно от занятия к занятию увеличивает время и сложность. Упражнение выполняется сначала правой рукой, затем левой, и только потом двумя руками вместе.

**Колечки.** 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 в обратном (от мизинца к указательному пальцу) порядке. Вначале упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем сразу двумя руками.

**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. Количество повторений – по 8-10 раз. При усвоении программы или при затруднениях в выполнении помогайте себе командами (кулак – ребро – ладонь), произнося их вслух или про себя. Лягушка (кулак) хочет (ребро) в пруд (ладонь), Лягушке (кулак) скучно (ребро) тут (ладонь).

**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. Добивайтесь высокой скорости смены положений.

**Ухо-нос.** Левая рука - взяться за кончик носа, правая рука - взяться за правое ухо. По команде отпустить ухо-нос, хлопнуть в ладоши и поменять положение рук "с точностью наоборот".

Еще одной формой кинезиологических упражнений является **зеркальное рисование**. Это рисование двумя руками одновременно. Положите на стол чистый лист бумаги. Возьмите в обе руки по карандашу. Начните рисовать одновременно обеими руками зеркально – симметричные рисунки, буквы. При выполнении этого упражнения почувствуете, как расслабляются глаза и руки. Когда деятельность обоих полушарий синхронизируется, заметно увеличится эффективность работы всего мозга.

Этот комплекс кинезиологических упражнений мы рассмотрели более подробно так как, во –первых, при его выполнении не нужно обладать дополнительной подготовкой в области психологии, или специально изучать дыхательные схемы . Во-вторых, как известно, развитие мелкой моторики рук способствует развитию речи у детей.

Современный мир преподносит нам не только эффективные новейшие здоровьесберегающие технологии, но и проблемы масштабного характера. Так, в частности, 2020 год нам всем это ярко продемонстрировал. В конце марта прошлого года деятельность образовательных организаций приостановилась- граждане ушли на самоизоляцию, которая затянулась на несколько месяцев. В связи с этим перед нами, педагогами остро встал вопрос, как организовать образовательную деятельность в сложившихся условиях. С целью всестороннего развития детей , педагогами были сняты обучающие видеоролики на разные темы. Так родился видеоролик, который познакомил родителей с кинезиологией и упражнениями, доступными для проведения дома (под руководством родителей), развивающими мелкую моторику рук. Эти упражнения вызвали интерес у родителей наших воспитанников, ежедневно выполняя их с детьми они эффективно проводили время с ребенком, играя способствовали развитию мелкой моторики рук своих чад. (СЛАЙД С ФОТОГРАФИЯМИ)

Кинезиологические упражнения можно включать практически во все режимные моменты. Например, во время утреннего самомассажа.

### **Точечный массаж + пальчиковая гимнастика с кинезиологическими элементами**

Крылья носа разотри – раз, два, три (поочередно указательными пальцами ).И под носом себе утри – раз, два, три ребром ладони. Брови нужно расчесать – раз, два, три, четыре, пять (одновременно двумя руками, поочередно каждым пальцем руки). Вытри пот теперь со лба – раз, два (ладошками поочередно ). Серьги на уши повесь, если есть (перекрестно руками) .Заколкой волосы скрепи – раз, два, три (массаж головы подушечками пальцев рук) Сзади пуговку найди и застегни (указ.пальцем от основания черепа, продвигаясь до 7 шейного позвонка помассировать его круговым движением . Бусы надо примерять, примеряй и надевай (поглаживая поочередно ладонями шею )А сюда повесим брошку, разноцветную матрёшку точки мозга (ямки под ключицами). А сюда браслетики, красивые манжетки (массаж запястий). Девочки и мальчики, приготовьте пальчики (любое кинезиологическое упражнение , например «Ладони»). Вот как славно потрудились и красиво нарядились «Сова». Осталось ноги растереть и не будем мы болеть (круговые поглаживания ног)

Кинезиологические упражнения органично вплетаются в физминутки. Когда дети освоили достаточное количество кинезиологических упражнений можно предложить им придумывать сказки с использованием этих упражнений.

## Кинезиологическая сказка про котёнка.

Жил-был котик рука в кулак .Лежал он на диване, лапки вытянул руки ладонками вниз на коленях коготочки втянул руки в кулаки Услышал шум, побежал посмотреть кулак-ладонь Видит бабушка клубочки мотает: большой, побольше, поменьше и самый маленький колечки Расшалился котик, разбросал клубочки, все ниточки перепутал (большой палец одной руки к мезинцу другой, указательный к большому, средний к указательному, безымянный к среднему, мезинец к безымянному ).Рассердилась бабушка, отругала котика, убежал он в свой *домик* (соединить кольцевые фаланги выпрямленных пальцев рук. Пальцами правой руки с усилием нажать на пальцы левой руки). А бабушка позвала внучку и попросила её распутать ниточки. Помогла внучка. И получились у неё клубочки: большой, побольше, маленький и самый маленький *колечки* А котёнку девочка мячик дала, чтобы не скучал (соединить кольцевые фаланги округлых пальцев рук). Стал котёнок с мячом играть (покачивание, соединёнными пальцами, словно катится мяч). А внучка *Лезгинку* танцевать (лезгинка ). Да и бабушка развеселилась, тоже в пляс пустилась *перекрёстные шаги* . Тут и сказочке конец, кто всё сделал молодец. Если вдруг не получилось, не отчаивайся, совсем немного тренировки и ты справишься.

Некоторые упражнения целесообразно проводить с использованием музыкального сопровождения (дыхательные упражнения, упражнения на релаксацию, с которого мы начали ). Спокойная, мелодичная музыка создает определенный настрой у детей. Она успокаивает, направляет на ритмичность выполнения упражнений .

При систематических занятиях кинезиологическими упражнениями с детьми наблюдается динамика в преодолении мыслительных операций, и это сказывается на развитии интеллекта и эмоциональной сферы.

Кинезиология способствует развитию мелкой моторики и относится к здоровьесберегающей технологии.

К тому же , не требуется никаких материальных и методических затрат. Руки всегда рядом и постоянно в дошкольном возрасте требуют нагрузки в движении.

В завершении я хочу вам пожелать, чтобы самым лучшим отдыхом была для вас работа; лучшим днем был день – «сегодня»; самым большим даром - любовь, а самым большим богатством – здоровье!