Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад № 14 «Олененок»

Практика: «Кинезиологические упражнения как средство умственного развития детей при проведении физкультурных занятий в дошкольном образовательном учреждении».

Кинезиология – наука о развитии умственных способностей и физического здоровья через определенные двигательные упражнения; наука о движении мыслей, чувств, мышц тела человека.

*Идея практики* – внедрение инновационных технологий в реализации задач образовательной программы дошкольного учреждения, поиск эффективных форм и приемов всестороннего развития детей дошкольного возраста.

*Цель практики* - повышение мыслительной деятельности детей через развитие межполушарного взаимодействия головного мозга, развитие психических процессов, общей и мелкой моторки.

*Актуальность практики*

Развитие межполушарного взаимодействия является основой раз­вития интеллекта. Межполушарное взаимодействие возможно развивать при помощи комплекса специальных кинезиологических упражнений. Учитывая функциональную специализацию полушарий (правое — гуманитарное, образное; левое — математиче­ское, знаковое), а также роль совместной деятельности в осуществлении высших психических функций, неоспоримым фактом является то, что нарушение межполушарной передачи информа­ции искажает познавательную деятельность детей. Не секрет, что в настоящее время растет чисто детей с затруднениями в обучении, различными нарушениями в организме, трудностями в адаптации, которые проявляются нарушением речи, мышления, изменениями психики.

Для стимуляции интеллектуального развития примененяем кинезиологические упражнения на занятиях по физической культуре в дошкольном учреждении.

*Характерная черта практики*

Метод кинезиологии не требует никаких материальных, финансовых и методических затрат. Руки всегда основная часть тела ребенка, они рядом и постоянно в дошкольном возрасте требуют нагрузки в движении. Применять кинезиологические упражнения можно с детьми с 3-х летнего возраста. Особенность практики в том, что ее можно применять со всеми детьми, как не имеющими проблемы в развитии, а также с детьми, испытывающими затруднения в освоении образовательной программы, в том числе и с детьми, для которых русский язык не является родным.

*Значимость практики* заключается в том, что разработанная система кинезиологических упражнений, направленных на формирование у дошкольников полноценной речи, интеллектуальных способностей может быть использована в образовательной деятельности всеми педагогическими работниками и родителями.

Данная практика реализуется в дошкольном образовательном учреждении с 2015 года. Охват составляет: 2015-2016 учебный год – 100 детей, 30% от общего количества детей в возрасте от 3-х лет; 2016-2017 учебный год – 125 детей, 33%; 2017-2018 учебный год – 150 детей, 40%.

Предлагаемый опыт был представлен в виде мастер-класса перед инструкторами по физической культуре города в 2018 году. Слушатели мастер-класса познакомились с комплексами кинезиологических упражнений, которые применяются на физкультурных занятиях:

1. Растяжки – они нормализуют тонус мышц.

2. Дыхательные упражнения. Дыхание – самая важная физическая потребность тела. 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.

3. Глазодвигательные упражнения. Они позволяют расширить поле зрения, улучшить восприятие, развивают межполушарное взаимодействие и повышают энергетизацию всего организма.

4. Телесные упражнения. При их выполнении развивается межполушарное взаимодействие, снимаются синкинезии (непроизвольные, непреднамеренные движения) и мышечные зажимы. В результате движений во время мыслительной деятельности простраиваются нейронные сети, позволяющие закрепить новые знания. При регулярном выполнении перекрестных движений образуется и миелинизируется большое количество нервных путей, связывающих полушария головного мозга, что способствует развитию психических функций.

5. Тренировка 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.

6. Массаж. 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.

7. Упражнения для релаксации способствуют расслаблению, снятию напряжения.

Применение данных кинезиологических упражнений позволяет повысить уровень интеллекта у детей, их физического развития, снять мускульную зажатость.

Также данная практика представлена педагогической общественности в 2018 году на городских педагогических чтениях «Норильский учитель: опыт прошлого – взгляд в будущее».

*Результативность практики*

Эффективность применяемых кинезиологических упражнений подтверждается положительными результатами мониторинга интеллектуального развития детей, которое проводится посредством проведения педагогической диагностики. 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, внимания и мышления.

***Кураторы:*** Янгурская Елена Геннадьевна, заместитель заведующего по учебно-воспитательной и методической работе МБДОУ «ДС № 14 «Олененок».

***Автор:*** Балдина Гульнара Миннахматовна, инструктор по физической культуре 1 квалификационной категории МБДОУ «ДС № 14 «Олененок».

***Контактная информация:***

*Адрес:* 663319, Россия, Красноярский край, город Норильск, улица Нансена, дом 96.

*Телефон:* (3919) 22-25-66, 22-97-92

*Сайт МБДОУ «ДС № 14 «Олененок»:* <http://www.olenenok-norilsk.ru>.

*E-mail:* mdou14@norcom.ru