

Роль кинезиологических упражнений в развитии ребенка



Специализация полушарий мозга по отношению к речи

Левое полушарие ответственно за речь и её содержание, включая понимание слов и формирование понятий. Здесь расположены центры управления активной речью. Напротив, правое полушарие связано с невербальной стороной речи, выраженной интонациями и эмоциями, придающими речи выразительность.

Чтобы речь была полноценной и соответствовала нормам, оба полушария работают совместно. Повреждение мозолистого тела, структуры, связывающей два полушария множеством нервных путей, нарушает нормальное функционирование мозга. Это проявляется в ухудшении когнитивных функций, восприятии пространства, эмоций и координации зрения, слуха и мелкой моторики.

Особое значение имеют зоны коры мозга, управляющие движениями кистей рук, особенно большим пальцем, отличающим человеческую руку своей подвижностью и противоположностью другим пальцам. Межполушарные связи развиваются интенсивнее всего у девочек к семи годам, а у мальчиков — к восьми-девяти годам.

Роль кинезиологических упражнений и массажа в развитии мозга

Дети, имеющие речевые нарушения, имеют проблемы с моторикой, координацией движения. Плохо ориентируются в пространстве. Всё это сказывается на общем физическом развитии и может привести к гиподинамии. Устранению двигательных расстройств и помогает кинезиология. Кинезиология представляет коррекцию не только речевых расстройств, но и личности детей в целом. Это позволяет говорить о нём, как о оригинальном способе оздоровления детей

Понятие «кинезиология» имеет не одно значение. Хотя общий смысл един: наука о движении, а точнее кинезиология — наука о развитии головного мозга через движение. Существует уже 2000 лет и используется во всем мире.

Кинезиология – это перспективное направление, синтезирующее в себе знания и методы из многих отраслей наук, таких как медицина, педагогика, психология, коррекционная и специальная педагогика, логопедия и многие другие.

Кинезиологические упражнения позволяют активизировать межполушарное взаимодействие, помогают сформировать связь между движением и мышлением, способствуя развитию полноценного межполушарного взаимодействия.

Применение таких упражнений в работе с детьми способствует достижению следующей цели и задач:

Цель: Развитие умственных способностей и физического здоровья ребенка, через определённую систему двигательных упражнений.

Задачи:

- Развивать межполушарное взаимодействие мозга;
- Синхронизировать работу полушарий мозга;
- Развивать мелкую моторику;
- Развивать компоненты речи;
- Развивать все психические процессы.





Система работы

Занятия организуются в атмосфере психологического комфорта и дружелюбия, желательно сопровождать их расслабляющей музыкой. Проводимые в условиях напряжения занятия неэффективны. Успех достигается благодаря регулярному и тщательному выполнению упражнений. Постепенно увеличивается сложность заданий, объем выполняемых упражнений и скорость их исполнения. Время, затраченное на выполнение упражнений, зависит от возраста детей и составляет от 10-15 до 20-35 минут ежедневно.

Необходимо заниматься каждый день. Курс каждого комплекса упражнений рассчитан примерно на 45-60 суток. Последовательность движений соответствует заранее составленному плану. Все упражнения направлены на стимуляцию разных функциональных систем организма.

Перед началом занятий рекомендуется проводить легкий массаж рук, поскольку пальцы содержат большое количество рецепторов, влияющих на работу нервной системы. Стимуляция пальцев улучшает сенсорное восприятие и развивает точность движений. Например, большой палец связан с функциями мозга, указательный — с пищеварительной системой, средний — с позвоночником, безымянный — с печенью, а мизинец — с сердцем.

Кроме того, использование стихов и игровых элементов повышает интерес ребенка к выполнению заданий, улучшая запоминание движений и повышая общий уровень интеллекта.

Комплекс кинезиологических упражнений включает в себя:

1. Глазодвигательные упражнения – позволяют расширить поле зрения, улучшить восприятие, профилактика глазных заболеваний.
2. Двигательные упражнения – развивают тонкую моторику.
3. Упражнения на дыхание – развивают самоконтроль и произвольность, а также помогут вам развить у детей правильное дыхание, сформировать сильную воздушную струю, которая необходима для произношения многих звуков.
4. Упражнения для релаксации способствуют расслаблению, снятию напряжения.
5. Самомассаж направлен на развитие и улучшение памяти, абстрактного мышления, интеллекта, развитие речи, тонкой моторики.

Ссылка на картотеку кинезиологических упражнений.



*Удачи Вам
в воспитании ваших детей!*



Дёмина Ксения Юрьевна, тьютор