

Мастер-класс для педагогов

«Значение кинезиологических упражнений для развития умственных способностей детей дошкольного возраста»

Воспитатель: Колесникова Е.А.

Вырастить и правильно воспитать ребенка в настоящее, быстроменяющееся время, процесс непростой и очень трудоемкий. Современная жизнь предъявляет к человеку достаточно высокие требования, в том числе и к ребенку. Усложнились школьные программы, которые требуют более сложной концентрации внимания, усидчивости. Ребенок должен увидеть, услышать, запомнить большое количество информации, решать, объяснять, принимать решение, доводить начатое дело.

Наша задача - поддержать познавательную активность детей, развить их мыслительные процессы, сохранив при этом психическое и физическое здоровье. Решение этих вопросов и легло в основе науки кинезиологии, науки о развитии умственных способностей через определенные двигательные упражнения. Эти упражнения позволяют создать новые нейронные сети и улучшить межполушарные взаимодействия.

Единство мозга складывается из деятельности двух полушарий, тесно связанных между собой системой нервных волокон (мозолистое тело), которое находится между полушариями головного мозга в теменно – затылочной части и состоит из двухсот миллионов нервных волокон. Оно (мозолистое тело) необходимо для координации работы мозга и передачи информации из одного полушария в другое.

По исследованиям физиологов правое полушарие головного мозга гуманитарное, образное, творческое – отвечает за тело, координацию движений, пространственное и кинестетическое восприятие. Левое полушарие головного мозга – математическое, речевое, логическое, аналитическое. Оно отвечает за восприятие слуховой информации, постановку цели и построения программ

Гимнастика мозга представляет собой простые и доставляющие наслаждения движения и упражнения.

Кинезиологические упражнения необходимо проводить ежедневно.

Работу строить по принципу от простого к сложному.

Упражнения выполнять сначала правой рукой, затем левой, затем двумя руками вместе.

Продолжительность занятий зависит от возраста (от 5-10 минут, до 20 минут в день).

Упражнения проводятся в доброжелательной обстановке стоя, в ходьбе и сидя за столом.

По исследованиям ученых кинезиологические упражнения дают как немедленный, так и накопительный эффект.

Изучив вышеизложенное можно сделать следующий вывод:

Под влиянием кинезиологических тренировок в организме происходят положительные структурные изменения, которые способствуют развитию способностей человека, улучшают у ребенка память, внимание, речь, пространственные представления, мелкую и крупную моторику, снимают утомляемость, повышают способность к произвольному контролю. способствуют успешной подготовке к школьному обучению и всей его дальнейшей счастливой жизни на земле.

Ссылка на проведенное мероприятие

<https://kras-dou.ru/56/253-seminar-28-01-2020>