Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад № 3 «Семицветик» комбинированного вида»

города Минусинска Красноярского края

**Методические рекомендации по**

**использованию кинезиологического тренажёра**

**Автор:**

И.М. Колесникова, воспитатель.

**Минусинск 2022 г.**

**Актуальность**

Реальность настоящего времени такова, что в последнее время увеличилось количество детей с различными нарушениями, физического и психического плана. У детей с ОВЗ (ЗПР, УО, ДЦП) отмечаются следующие особенности: общее моторное отставание, что приводит к торможению мыслительных процессов, снижению концентрации внимания, выносливости, координационных способностей, проблемы с речевым развитием. В результате у детей проявляется низкая работоспособность, повышенная утомляемость, низкий уровень произвольности психических процессов. Педагоги находятся в постоянном поиске новых эффективных форм оздоровления и развития таких детей. Информацию о мире вокруг дети получают посредством восприятия. Мысли, тело и эмоции составляют некий тандем, где важен баланс между элементами. Только в том случае будет усваиваться информация в полном объёме, ребёнок будет развиваться интеллектуально. У детей с ограниченными возможностями здоровья это равновесие нарушено, и одним из продуктивных методов формирования новых связей выступают кинезиологические упражнения. Предлагаем вашему вниманию пособие тренажёр, где специально подобранные упражнения положительно влияют на психомоторное, интеллектуальное развитие и межполушарных связей коры головного мозга. Задание построены на основе интеграции визуального (зрительного) и тонкомоторного заимодействия. **Цель**: развитие межполушарного взаимодействия, способствующее активизации мыслительной деятельности. **Коррекционные задачи пособия**

* Активизировать работу отделов коры больших полушарий мозга, их взаимосвязь;
* совершенствовать мелкую моторику;
* улучшать развитие нервной системы и речи ребёнка;
* развивать мышление ребёнка через движение;
* развивать тактильные ощущения;

**Формы работы с пособием**

* Индивидуальная;

занятия для индивидуальной работы в утренние и вечерние часы.

**Комплектация пособия**

* картон, два игровых поля - для правой и левой руки;
* разноцветные полоски из цветного картона;
* дорожка из пуговиц, цветных крышек;
* горизонтальная восьмёрка из бусинок;
* разноцветные ленточки.

**Практическая значимость пособия**

Данную методическую разработку могут использовать воспитатели, учителя логопеды, педагоги-психологи, а также родители в работе с детьми. проводить занятия индивидуально. Кинезиологические упражнения дают как немедленный, так и кумулятивный (накапливающийся) эффект для повышения умственной работоспособности и оптимизации интеллектуальных процессов. Занятия проводятся в эмоционально комфортной, доброжелательной обстановке. Результативность занятий зависит от систематической и кропотливой работы. С каждым днём задания усложняются, объём заданий увеличиваться, наращивается темп выполнения заданий. Заниматься необходимо ежедневно.

Предлагаемые нейро-игровые упражнения рекомендованы в первую очередь детям при различных особенностях развития (ОВЗ): ЗПР, ЗПРР (нарушение речи, чтения и письма) РАС, ДЦП. Так же тренажёр рекомендован нормотипичным детям для развития функции внимания и самоконтроля.

Предлагаю данный тренажёр, позволяющий ребёнку одновременно двумя руками выполнять кинезиологические упражнения для развития мелкой моторики, тем самым развивая и укрепляя межполушарные связи. Заниматься можно как сидя за столом, так и стоя, когда тренажёр висит на стене.

**Описание игр**

***1.* Упражнение «Разноцветные ступеньки»**

Пальчиками шагать по ступенькам из крышек на счёт 1-2 одновременно обеими руками в разном темпе, можно с веселой считалочкой;

* ставим пальчики большой и указательный на крышечки и перебирая попеременно, словно по ступенькам шагаем сначала одной рукой, потом другой, затем обеими руками;
* шагают пальчики в разном темпе одновременно: одна рука быстро, другая медленно;
* шагают пальчики в разном направлении: одна рука сверху вниз, вторая снизу вверх одновременно;
* по ступенькам мы шагаем, все ступеньки вслух считаем очень быстро и легко поднимаем высоко.

***2.* Упражнение «Лучики солнца»**

Способствуют развитию внимания, образного мышления и моторики рук. Развивают тактильную память.

Поочередно одновременно обеими руками касаться подушечками пальчиков кружочки (*«*лучиков*»* солнца).

Словно мячики лучи, ты на них скорей нажми.

***3.* Упражнение « Спящая восьмёрка»**

Упражнение способствует работе обоих полушарий головного мозга, улучшая внимания и процессы памяти.

Обводим восьмёрку сначала одной рукой, затем другой рукой. глазами следим за рукой, не поворачивая голову, затем одновременно обеими руками повторяем движения.

У восьмерки два кольца

Без начала и конца

Пальцем смело проведу

Конца так и не найду.

***4.* Упражнение «Волшебная дорожка *»***

Во время выполнения этого упражнения эффективно развивается межполушарное взаимодействие, которое является основой развития интеллекта. Кроме того, происходит тренировка периферического поля зрения. При правильном выполнении этих упражнений расслабляются мышцы глаз, что способствует укреплению зрения ребенка. Повышается способность к произвольному контролю.

Обводить одновременно двумя руками узор.

Обводим пальчиками в разном темпе одновременно: одна рука быстро, другая медленно;

Два братца-пальчика долго не встречались и решили повидаться.

***5.* Упражнение «Заплетать косичку»**

Заплетая косички, ребёнок развивает моторику рук, воображение усидчивость.

Мы используем ленточки разных цветов. Плетём, накладывая крайние ленточки поверх средней ленточки.

Я учусь плести косички,

Прядку влево, прядку вправо,

Третью снизу вверх кладу, начинаю все сначала потихоньку, не спешу.

***6.* Упражнение *«*Сворачивание ленточки в трубочки*»***

У детей развивается мелкая моторика, улучшается развитие нервной системы, развивается тактильные ощущения.

Обеими руками взяться за палочку на конце ленты и перебирая пальцами одновременно обеих рук, сворачивать ленту в трубочку в разном темпе.

В трубочку её скручу и ручкой помашу.

7. **Упражнение «до, ре, ми, фа, соль, ка»**

Каждое игровое поле включает в себя разноцветные полоски из цветного картона, как бы имитируя игру на фортепиано.

Усложнять задание, играть одновременно левой рукой быстро, а правой рукой медленно. Повторить узор в определенном порядке. Отображать цвета в «зеркальном порядке».

Ребёнок может выполнять упражнения со словами До, ре, ми, фа, соль, ля, си, сколько клавиш посмотри.

**Ожидаемые результаты**

Благодаря использованию в работе с детьми специально подобранных упражнений, достигаются следующие результаты:

* Развивает мозолистое тело, синхронизирует работу полушарий;
* Повышает познавательную активность и мотивацию к учению;
* Развивает произвольное внимание;
* Развивает мелкую моторику;
* Развитвает память и графомоторный навык;
* Улучшает мыслительную деятельность;
* Снижает психоэмоциональное напряжение, воспитывает усидчивость.











