

## Результаты выполнения кинезоологических упражнений

Благодаря двигательным упражнениям для пальцев происходит компенсация левого полушария и активизация межполушарного воздействия, что способствует детской стрессоустойчивости к обучению к школе. Ребенок становится более внимательным, научится мыслить ясно и четко, сумеет в нужный момент сконцентрироваться на сути проблемы, убедить других в своей правоте. Занятия в детском саду и дома для детей, а в дальнейшем и учеба в школе будут приносить только радость.

### Источники:

О.В. Сиротюк «Коррекция развития интеллекта дошкольников».

<http://nsportal.ru/>

<http://www.maam.ru/>

<http://www.sad1972.ru/p116aa1.html>

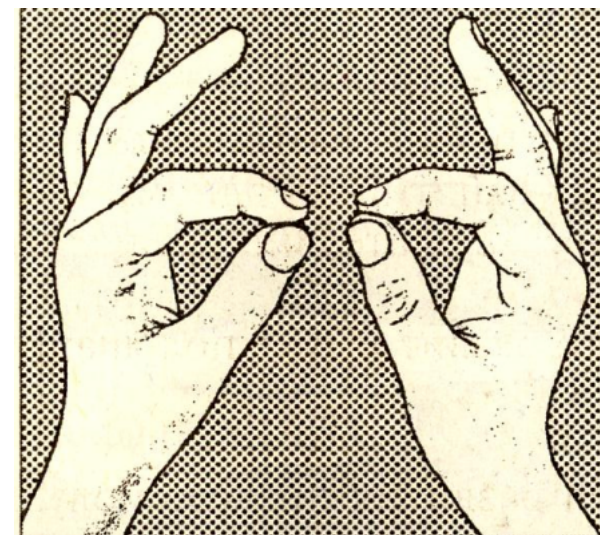
<http://xn--19-6kcpbe8fh.xn--p1ai/recommendations/37/169/>

Контакты  
г. Екатеринбург  
ул. Чайковского, стр.86 А  
7(343) 210-50-85

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение - детский сад № 497

*«Ум ребенка находится  
на кончиках пальцев»*

*В.А. Сухомлинский*



### Кинезеологические упражнения

Учитель-логопед  
Никитина А.Я.

2023год

**Кинезиологические упражнения** – это комплекс движений позволяющих активизировать межполушарное воздействие.

Единство мозга складывается из деятельности двух полушарий, тесно связанных между собой системой нервных волокон (мозолистое тело).

Мозолистое тело необходимо для координации работы мозга и передачи информации из одного полушария в другое. Основное развитие межполушарных связей формируется у девочек до 7-ми лет у мальчиков до 8-ми – 8, 5 лет.

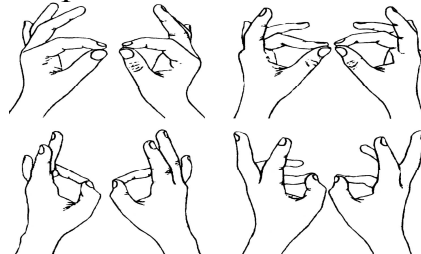
Кинезиологические упражнения развивают мозолистое тело, повышают стрессоустойчивость, синхронизируют работу полушарий, улучшают мыслительную деятельность, способствуют улучшению памяти и внимания, облегчают процесс чтения и письма.

### **Требования к проведению кинезиологических упражнений.**

- Проводить ежедневно по 3 -5 минут, в доброжелательной обстановке.
- Желательно под музыкальное сопровождение.
- Упражнения можно проводить стоя и сидя.
- Упражнение выполняется сначала правой рукой, затем левой, затем двумя руками вместе.
- От детей требуется точное выполнение движений и приемов.

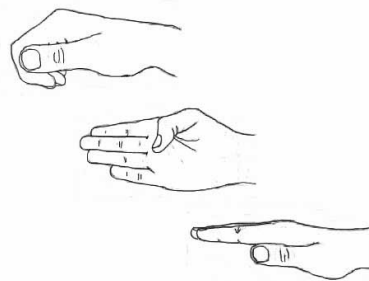
### **«Колечки»**

Поочередно и как можно быстрее перебирать пальцами рук, соединяя в кольцо с большим пальцем указательный, средний и т.д. проба выполняется в прямом и обратном порядке.



### **«Кулак - ребро-ладонь»**

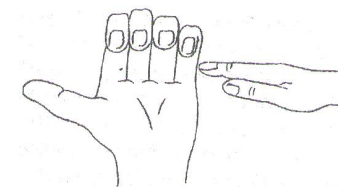
Ладонь, сжатая в кулак, ладонь ребром на столе, распрямленная ладонь на столе. Выполняется сначала правой рукой, затем - левой, потом – двумя руками вместе.



### **«Ухо-нос»**

Левой рукой взяться за кончик носа, правой - за противоположное ухо, затем одновременно опустить руки, хлопнуть в ладоши и поменять их положение.

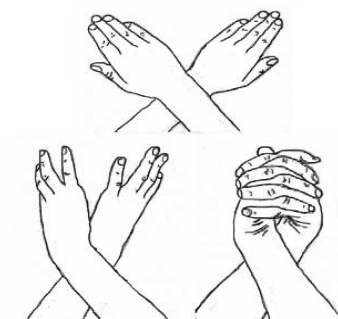
### **«Лезгинка»**



*Любим ручками играть,  
И лезгинку танцевать.*

Левая рука сложена в кулак, большой палец отставлен в сторону, кулак развернут пальцами к себе. Правая рука прямой ладонью в горизонтальном положении прикасается к мизинцу левой. После этого одновременно происходит смена правой и левой рук в течении 6-8 раз.

### **«Змейка»**



Скрестите руки ладонями друг к другу, сцепите пальцы в замок, выверните руки к себе. Двигайте пальцем который укажет ведущий.

### **"Симметричные рисунки"**

Рисовать в воздухе обеими руками зеркально симметричные рисунки (начинать лучше с круглого предмета: яблоко, арбуз и т. д. Главное, чтобы ребенок смотрел во время "рисования" на свою руку).