

***Подготовила воспитатель***

***Сергеева И.В.***

**Консультация для родителей и педагогов «Нейродинамическая гимнастика для детей дошкольного возраста»**

 За последние годы увеличилось число детей [с системным нарушением речевой](http://zodorov.ru/konsuletaciya-dlya-vospitatelej-harakteristika-detej-s-onr.html) деятельности, недостаточной речевой активностью. Это приводит к расстройствам письменной речи, снижению работоспособности, отставанию в развитии двигательной сферы. И, как следствие, трудности в [процессе усвоения школьных программ](http://zodorov.ru/ministerstvo-zdravoohraneniya-i-socialenogo-razvitiya-v8.html) и адаптации к школе.

 Для преодоления имеющихся нарушений необходимо [проведение специализированной комплексной](http://zodorov.ru/poryadok-predostavleniya-invalidam-uslug-po-kompleksnoj-reabil-v2.html) коррекционной работы. Одним из наиболее результативных методов является развитие межполушарного взаимодействия, который называется **кинезиология**.

 Кинезиология относится к здоровьесберегающей технологии.

Метод кинезиологии помогает детям через движения развиваться во всех направлениях.

 Современный мир, наполненный обилием компьютеров, различных гаджетов не требует от детей ручных усилий и, поэтому, моторные навыки ослабляются: дети плохо держат карандаш, кисточку, ножницы, отчего и происходят постоянные зажимы кисти, что ведет к нарушению даже эмоционального состояния. А все это в дальнейшем сказывается на восприятии и усвоении любого обучающего материала и на здоровье.

 Кинезиологические упражнения дают возможность [задействовать те участки мозга](http://zodorov.ru/xxi-vek--nachalo-bessmertiya-lyudej.html), которые раньше не участвовали в учении, и решить проблему неуспешности.

У**словия**:

•Кинезиологическая  [гимнастика проводится желательно утром](http://zodorov.ru/malo-kto-delaet-uprajneniya-utrom-imenno-v-utrennie-chasi-telu.html),

длительностью 5-15 мин.;

•Кинезиологическая гимнастика проводится систематично, [без пропусков](http://zodorov.ru/konspekti-pozdnih-vremen-1.html);

•Кинезиологическая гимнастика проводятся по специальным комплексам, длительностью 2 недели.

•Упражнения выполняются в [доброжелательной обстановке](http://zodorov.ru/pravila-bezopasnogo-povedeniya-pri-neblagopriyatnoj-ekologiche.html). Обязательное условие-передача положительных эмоций

•От детей требуется точное выполнение движений и приемов;

[**Методы и приемы**](http://zodorov.ru/deti-slojnie-v-povedenii-metodi-i-priemi-psihologo-pedagogiche.html)**:**

•*Растяжки* - нормализуют гипертонус и гипотонус мышц опорно-двигательного аппарата.

•*Дыхательные упражнения* - улучшают ритмику организма, развивают самоконтроль и произвольность.

•*Глазодвигательные упражнения* - позволяют расширить поле зрения, улучшить восприятие, развивают межполушарное взаимодействие и повышают энергетизацию организма.

•*Телесные движения* - развивают межполушарное взаимодействие, снимаются непроизвольные, непреднамеренные движения и мышечные зажимы.

•*Упражнение для развития мелкой моторики* – стимулируют речевые зоны головного мозга.

•*Самомассаж*- воздействует на биологически активные точки.

**Примерные комплексы упражнений.**

2 комплекс: - Деревце (растяжки)

 И.п.Пятки вместе, носки разведены, руки опущены вдоль тела.

1) Поднять прямые руки над головой – вдох.

2) Опустить руки, расслабиться – выдох.

 - Надуй шарик (дыхание)

Встать, прямо не напрягаясь. Для контроля, за движением диафрагмы положить правую руку на верхнюю часть живота, левую для контроля за движением ребер – положить сбоку, чуть выше талии. Сделать глубокий вдох через нос. Выдохнуть, округлив губы, имитируя надувание шара. Расслабить брюшной пресс.

(Повторить 3-5 раз)

 -Горизонтальная восьмерка (глазодвигательное)

 Вытянуть перед собой правую руку на уровне глаз, пальцы сжать в кулак, оставив средний и указательный пальцы вытянутыми. Нарисовать в воздухе горизонтальную восьмерку как можно большего размера. Рисовать начинать с центра и следить глазами за кончиками пальцев, не поворачивая головы.

 Паровозик (телесное)

Правую руку положить под левую ключицу, одновременно делая 10 кругов согнутой в локтевом суставе левой рукой и плечом вперед, затем столько же назад. Поменять положение рук и повторить упражнение.

 Фонарик (мелкая моторика)



-Растирание +Пила (самомассаж)

 Левая рука (кисть и предплечье) лежит на столе ладонью вверх. Ребром правой ладони имитируем движение пилы по всей поверхности левой ладони в направлении вверх-вниз. То же для другой руки.

Очередной комплекс упражнений в следующем месяце