



## **КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

**«Кинезиологические игровые  
упражнения для интеллектуального  
развития детей дошкольного возраста»**

Детская Нейропсихология   
[https://vk.com/club\\_neuropsycholog](https://vk.com/club_neuropsycholog)



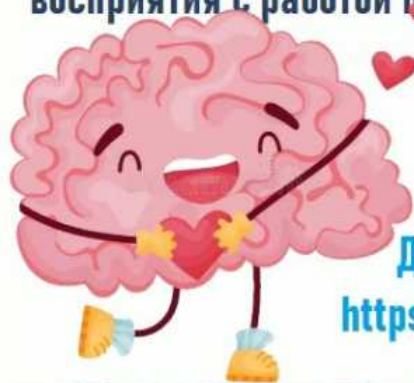
**«Кинезиология» – это наука о развитии головного мозга через определенные двигательные упражнения. Головной мозг человека делится на два полушария: правое и левое, и каждое отвечает за определенные функции:**

**Правое полушарие головного мозга – гуманитарное, образное, творческое – отвечает за тело, координацию движений, пространственное и кинестетическое восприятие.**

**Левое полушарие головного мозга – математическое, знаковое, речевое, логическое, аналитическое – отвечает за восприятие слуховой информации, постановку целей и построений программ.**

**Единство мозга складывается из деятельности двух полушарий, тесно связанных между собой системой нервных волокон (мозолистое тело). Мозолистое тело находится между полушариями головного мозга. Оно необходимо для координации работы мозга и передачи информации из одного полушария в другое. Нарушение мозолистого тела искажает деятельность детей. Если нарушается проводимость через мозолистое тело, то ведущее полушарие берет на себя большую нагрузку, а другое блокируется.**

**Оба полушария начинают работать без связи. Нарушается пространственная ориентация, адекватное эмоциональное реагирование, координация работы зрительного и аудиального восприятия с работой пишущей руки.**



**Детская Нейропсихология**  
[https://vk.com/club\\_neuropsycholog](https://vk.com/club_neuropsycholog)



При подготовке детей к школе необходимо большое внимание уделять развитию мозолистого тела, вот для этого и нужны кинезиологические упражнения.



Эти упражнения способствуют:

- Восстановлению работоспособности и продуктивности;
- Реализации своего внутреннего потенциала;
- Повышению точности выполнения действий;
- Расширению поля видения, умения слушать и слышать, чувствовать свое тело;
- Формированию уверенности при публичных выступлениях, собеседованиях, переговорах, экзаменах;
- Осознанию собственной значимости;
- Развитию творческих способностей, спортивных навыков;
- Умению найти путь к радостному, легкому и творческому учению;
- Улучшению работы долговременной и кратковременной памяти, концентрации внимания, формирование абстрактного мышления;
- Интеграции системы «тело – интеллект», гармонизации работу левого и правого полушарий;
- Улучшению равновесия и координации;
- Развитию более ясного и позитивного мышления.



Детская Нейропсихология  
[https://vk.com/club\\_neuropsycholog](https://vk.com/club_neuropsycholog)



Для результативности кинезиологических упражнений следует учитывать условия проведения:



- Занятия можно проводить в любое время;
- Ежедневно, без пропусков – важна система занятий;
- Занятия проводятся в доброжелательной обстановке;
- Требуется точное выполнение движений и приемов;
- Упражнения проводятся стоя или сидя за столом;
- Если предстоит интенсивная умственная нагрузка, то комплекс упражнений лучше проводить перед работой;
- Продолжительность занятий зависит от возраста и может составлять от 5 – 10 до 20 – 35 минут в день;
- Каждое упражнение выполняется по 1 – 2 минуте;
- Упражнения можно проводить в различном порядке и сочетании;

### Кинезиологические упражнения

#### ФОНАРИКИ

Правая рука – растопыренные пальцы, левая – сжата в кулак. Одновременная смена положения рук: правая – в кулак, левая – растопыренные пальчики.

#### ОЛАДУШКИ

Правая рука повернута на столе ладонью вниз, левая – ладонью вверх. Одновременная смена положения рук: правая – ладонью вверх, левая – ладонью вниз.

Детская Нейропсихология  
[https://vk.com/club\\_neuropsycholog](https://vk.com/club_neuropsycholog)





### КОЛЕЧКИ

На двух руках одновременно большой палец соприкасается последовательно с остальными пальцами. Движения выполняются от указательного пальца к мизинцу и обратно.

### ЛЕЗГИНКА

Левую руку сложите в кулак, большой палец отставьте в сторону, кулак разверните пальцами к себе. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикоснитесь к мизинцу левой. После этого одновременно смените положение правой и левой рук.

### КУЛАК-РЕБРО-ЛАДОНЬ

Три положения руки, на плоскости стола, последовательно сменяющих друг друга. Выполняется сначала правой рукой, потом - левой, затем одновременно.

### УХО - НОС

Левой рукой возьмитесь за кончик носа, а правой рукой - за противоположное ухо. Одновременно отпустите ухо и нос, поменяйте положение рук «с точностью до наоборот».

В результате применения кинезиологической гимнастики для мозга, дети становятся более активными и уверенными в своих силах и возможностях. Улучшаются графические навыки и зрительно-моторные координации детей, формируется произвольность, улучшаются процессы памяти и мышления. Дети становятся более активными, инициативными, способными к принятию самостоятельного решения. При наименьших затратах достигается динамика в развитии интеллектуальных способностей через движение.

Проводите время с ребёнком с пользой

Желаем успехов!

Детская Нейропсихология

[https://vk.com/club\\_neuropsycholog](https://vk.com/club_neuropsycholog)

