

*Андреева Ирина Брониславовна*

воспитатель

*Васильева Елена Аркадьевна*

воспитатель

МБДОУ «Д/С №27 «Рябинка»

г. Новочебоксарск, Чувашская Республика

**КОНСПЕКТ МАСТЕР-КЛАССА «КИНЕЗИОЛОГИЧЕСКИЕ  
УПРАЖНЕНИЯ И ПАЛЬЧИКОВЫЕ ИГРЫ ДЛЯ РАЗВИТИЯ  
МЕЖПОЛУШАРНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ У ДЕТЕЙ С ОНР»**

*Аннотация:* в статье представлен мастер-класс, который поможет родителям развить межполушарное взаимодействие у детей с ОВЗ при помощи кинезиологических упражнений.

*Ключевые слова:* кинезиология, кинезиотерапия, моторика, межполушарное взаимодействие, пальчиковые игры.

Цель мастер-класса: повышение компетентности родителей в использовании нетрадиционных методов развития мелкой моторики у детей дошкольного возраста.

Задачи.

1. Улучшение знаний родителей о кинезиологических упражнениях и нетрадиционных методах работы с детьми с трудностями в развитии.
2. Познакомить участников с эффективными кинезиологическими упражнениями, способствующими развитию речи и моторики детей дошкольного возраста.
3. Повысить мотивацию родителей к использованию нетрадиционных методов в повседневной жизни с детьми.

Материалы и оборудование.

1. Кубики.
2. Массажные мячи.
3. Ручки, карандаши, бумага.

Ход мастер-класса: Добрый вечер, уважаемые родители. Сегодняшняя тема нашего мастер-класса – «Кинезиологические упражнения и пальчиковые игры для развития мелкой моторики у детей с трудностями в развитии речи». Давайте начнем с небольшой теории, чтобы вы лучше поняли ключевые понятия, которые мы будем использовать сегодня. Рассмотрим определения «кинезиологии» и «кинезиотерапии».

#### 1. Теоретическая часть:

Кинезиология – это наука, изучающая движение во всех его аспектах. Она включает в себя анализ биомеханики, анатомические и физиологические основы движения, механизмы нервно-мышечной координации и принципы работы мышц.

Кинезиотерапия – это метод лечения, основанный на использовании движения. В процессе кинезиотерапии пациент активно участвует в выполнении упражнений, что способствует его двигательной активности и саморегуляции.

Мы знаем о важной связи между развитием речи и моторики рук. Рука, пальцы и ладони играют важную роль в развитии мыслительных процессов у ребенка. Поэтому задачей взрослых является помощь в развитии мелкой моторики у детей.

Некоторые правила использования кинезиологических упражнений.

1. Основное требование – четкое выполнение движений. Вначале родитель должен продемонстрировать упражнение, а затем показать его детям.

2. Упражнения должны быть простыми и могут выполняться в любом месте и в любое время.

3. Рекомендуется заниматься ежедневно.

4. Занятия должны быть организованы в форме игры.

5. Продолжительность занятий может варьироваться от 5 до 20 минут.

6. Каждое упражнение не должно занимать более 2 минут.

7. Можно менять порядок упражнений внутри комплекса.

8. Родитель должен выполнять упражнения вместе с ребенком, постепенно усложняя их и увеличивая время и сложность.

Сегодня мы предлагаем вам несколько простых упражнений, разделенных на 7 блоков, которые вы можете выполнять с детьми в любом удобном месте.

*1 блок: «Кулак и ладонь».*

1 упражнение: «Кулак – ладошка».

Поместите ладони на стол, вытянув их вверх. Медленно сжимайте ладони в кулаки, а затем разжимайте. При выполнении движений можно произносить следующие слова: «Кулак – ладошка, кулак – ладошка, так шагает кошка».

Усложнение: выполняйте упражнение одной рукой в кулаке, а второй – в ладони. Постепенно меняйте положение рук в ритме, достигая автоматизма. Затем предложите ребенку продолжить упражнение самостоятельно.

2 упражнение: «Колечко».

Поочередно соединяйте пальцы рук с большим пальцем, создавая кольцо. Попробуйте выполнять это упражнение как можно быстрее. Начните с одной руки, затем повторите упражнение другой рукой и, в конце, используйте обе руки одновременно.

Усложнение: попробуйте выполнять упражнение сначала в одном направлении (от указательного пальца к мизинцу), а затем в обратном.

3 упражнение: «Кулак – ребро – ладонь». Три положения руки на плоскости стола, последовательно сменяют друг друга. Ладонь на плоскости, сжатая в кулак ладонь, ладонь ребром на плоскости стола, распрямленная ладонь на плоскости стола. Выполняется сначала правой рукой, потом – левой, затем – двумя руками вместе по 8–10 раз. Можно давать себе команды (кулак – ребро – ладонь).

Упражнение 4: «Ухо – нос». Возьмите левой рукой за кончик носа, а правой рукой за противоположное ухо. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши, поменяйте положение рук в точности, наоборот.

Упражнение 5: «Цепочка». Поочередно перебирайте пальцы рук, соединяя с большим пальцем последовательно указательный, средний и т. д. Упражнение выполняется в прямом (от указательного пальца к мизинцу) и в обратном порядке (от мизинца к указательному пальцу). Вначале упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе.

### *Блок 2: Цепочки движений.*

Развивая мелкую моторику, необходимо учитывать, что у ребенка есть две руки. Постарайтесь дублировать все упражнения, выполняя их и правой, и левой рукой. Развивая правую руку, мы стимулируем развитие левого полушария мозга. И наоборот, развивая левую руку, мы стимулируем развитие правого полушария. При выполнении упражнений у ребенка есть зрительная опора, которая помогает контролировать порядок движений. Ребенок выполняет все упражнения по порядку (ладонь – хлопнуть в ладоши, кулак – стукнуть двумя кулаками по столу, нога – топнуть двумя ногами).

### *Блок 3: Упражнения с кубиками.*

Взрослый и ребенок сидят напротив друг друга за столом. У каждого есть два кубика, по одному в руке. Взрослый совершает одновременные движения руками, поворачивая кубики в разных направлениях, ребенок подключается и делает то же самое в одном ритме с взрослым. Варианты действий с кубиками:

- одновременное поворачивание кубиков на следующую грань обеими руками в направлении от себя;
- одновременное поворачивание кубиков на следующую грань обеими руками в направлении к себе;
- одновременное поворачивание кубиков на следующую грань обеими руками в левую сторону;
- одновременное поворачивание кубиков на следующую грань обеими руками в правую сторону;
- одновременное поворачивание кубиков на следующую грань обеими руками в направлении внутрь;
- одновременное поворачивание кубиков на следующую грань обеими руками в направлении наружу.

Затем усложняем задание: теперь кубик нужно поворачивать не на следующую грань, а через одну.

*Блок 4: Упражнения с мячиками.*

У каждого есть один мячик (массажный). Варианты действий с мячиками:

- перекладывание мяча из одной руки в другую;
- передача мяча другому;
- передача мяча себе и другому;
- передача мяча другому по диагонали;
- передача мяча себе и другому по диагонали;
- мячи раздаются по два человеку;
- передача двух мячей – правая рука сверху, левая рука сверху.

*Блок 5: Рисование двумя руками.*

Варианты рисования:

- рисование палочек, движения рук от центра к краям;
- рисование палочек, движения рук от краев к центру;
- рисование волнистых линий, движения рук от центра к краям;
- рисование волнистых линий, движения рук от краев к центру;
- рисование фигур (круги, квадраты, треугольники), движения рук от центра к краям;
- рисование фигур (круги, квадраты, треугольники), движения рук от краев к центру.

*Блок 6: Упражнения для развития крупной моторики.*

- «Ухо – нос». Правая рука касается кончика носа, левая – мочки правого уха. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши, затем поменяйте положение рук;
- «Ножницы». Перекрестные движения руками перед собой, меняя правую и левую руки;
- «Колено – локоть». Стоя. Поднимите и согните левую ногу в колене, локтем правой руки дотроньтесь до колена левой ноги, затем сделайте то же самое с правой ногой и левой рукой. Повторите упражнение 8–10 раз;

– «Перекрестная ходьба». Медленная перекрестная ходьба, при которой дети попеременно касаются правым локтем левого колена и левым локтем правого с обязательной фиксацией положения «локоть – колено». Варианты: пальцы обеих рук смыкаются.

*Блок 7: Упражнения с карандашами.*

На столе выкладывается 5–10 карандашей. Собирайте карандаши в кулак:

- а) правой рукой;
- б) левой рукой;
- в) обеими руками одновременно.

Затем по одному выкладывайте карандаши на стол:

- а) правой рукой;
- б) левой рукой;
- в) обеими руками одновременно.

Как показывает практика, на отработку каждого упражнения нужно не более двух-трёх дней. Это сначала кажется, что это невозможно, но потом координируются и развиваются межполушарные связи, и вы уже начинаете удивлять других выполнением данных упражнений. Делайте упражнения вместе с детьми. Это весело и полезно.

***Список литературы***

1. Любимова В. Кинезиология, или природная мудрость тела / В. Любимова. – СПб.: Невский проспект, 2005.
2. Межполушарное взаимодействие: хрестоматия / под ред. А.В. Семенович, М.С. Ковязиной. – М.: Генезис, 2018.
3. Сиротюк А.Л. Упражнения для психомоторного развития дошкольников: практическое пособие / А.Л. Сиротюк. – М.: АРКТИ, 2014. – 60 с.
4. Марычева О.И. Гимнастика для ума: сборник упражнений для активизации умственной деятельности / О.И. Марычева, К.А. Габараева [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://clck.ru/3EFJCA> (дата обращения: 21.10.2024).