

ДОШКОЛЬНАЯ ПЕДАГОГИКА

Метелева Лариса Аркадьевна

воспитатель

МБДОУ «Детский сад № 17»

г. Лысьва, Пермский край

КИНЕЗИОЛОГИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА КАК ЧАСТЬ СИСТЕМЫ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ В ДЕТСКОМ САДУ

Аннотация: в статье рассматриваются особенности использования кинезиологической гимнастики в оздоровительной работе с детьми. Отмечается закономерность между развитием речи и развитием мелкой моторики, поэтому применяется кинезиологическая гимнастика для развития способности к произвольному контролю, синхронизации работы полушарий головного мозга, развития моторики и т.д. В результате проведения подобной гимнастики выявлены положительные результаты.

Ключевые слова: кинезиология, здоровьесберегающие технологии.

Особое значение в контексте здоровьесберегающих технологий занимает организация оздоровительной и профилактической деятельности дошкольного образовательного учреждения. Для преодоления имеющихся у детей дошкольного возраста нарушений, предупреждения развития патологических состояний, укрепления психофизического здоровья необходимо проведение комплексной работы. Одной из составляющих форм такой работы в нашем детском саду стало использование кинезиологической гимнастики, в рамках реализации проекта по введению элементов здоровьесберегающих технологий.

«Кинезиология» – это наука о развитии умственных способностей и физического здоровья через определенные физические упражнения, целью которых является снижение утомляемости, повышение способности к произвольному контролю, синхронизация работы полушарий головного мозга, развитие мелкой и крупной моторики рук, улучшения памяти, внимания, речи.

Особое внимание нами было уделено детям с речевыми нарушениями. Известен факт, что у детей при ряде речевых нарушений отмечается выраженная в разной степени общая моторная недостаточность, а также отклонения в развитии движений пальцев рук. Сотрудники Института физиологии детей и подростков АПН установили, что уровень развития речи детей находится в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений пальцев рук. Применение кинезиологической гимнастики позволяет улучшить у ребенка память, внимание, речь, пространственные представления, мелкую и крупную моторику, снижает утомляемость, повышает способность к произвольному контролю.

Кинезиологические упражнения мы использовали как на самих образовательных мероприятиях, в качестве динамических пауз, так и перед занятиями как организующее звено, настраивающее детский организм на плодотворную работу во время занятий. Были определены требования к выполнению кинезиологических упражнений: точное выполнение движений и приёмов; занятия должны проводиться в спокойной, доброжелательной обстановке; продолжительность занятий может составлять от 5-10 до 20-35 минут в день; заниматься необходимо ежедневно.

Комплексы кинезиологической гимнастики включали в себя: растяжки, дыхательные упражнения, глазодвигательные упражнения, телесные движения, упражнения для развития мелкой моторики, массаж, упражнения на релаксацию.

Словесный материал предлагали детям с речевыми нарушениями в стихотворной форме, так как ритм стихов, способствует развитию речевого дыхания, координации и произвольной моторики, речеслуховой памяти (включаются слуховой, речевой и кинестетический анализаторы), что является одной из форм коррекции нарушений.

В результате реализации проекта были созданы папки здоровья: «Кинезиологическая гимнастика для дошкольников», изготовлена картотека упражнений, проведены мастер-класс для воспитателей и родителей на тему «Кинезиологические упражнения для дошкольников», проведены открытые физкультурные занятия для родителей.

Эффективность применения (по результатам диагностики, сравнительного анализа, наблюдений):

1. Стабильное повышение показателей уровня физической подготовленности детей.
2. Положительная динамика речевого развития детей.
3. Снизилась заболеваемость детей на 7% (в сравнении: май 2013 – май 2014).
4. Улучшилось психоэмоциональное состояние детей.

Поэтому представляется необходимым и правомерным дальнейшее использование кинезиологической гимнастики в системе физкультурно-оздоровительной работы с детьми в условиях детского сада.

Список литературы

1. Денисон П., Денисон Г. «Гимнастика ума». – М.: Восхождение, 1997.
2. Любимова Н.А. «Кинезиология или природная мудрость тела». С-Пб.: Невский проспект, 2005.
3. Сазонов В.Ф., Кириллова Л.П., Мосунов О.П. «Кинезиологическая гимнастика против стрессов: Учебно-методическое пособие». Рязань: РГПУ, 2000.
4. Сиротюк А. Л. «Коррекция обучения и развития школьников». – М.: ТЦ Сфера, 2002.