Развитие интеллектуальных способностей у детей с применением метода кинезиологии

В современном мире сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения является основой оздоровления всего общества.

Для ребёнка 3-6 лет средой жизнедеятельности является дошкольное образовательное учреждение, где дети проводят до 70% времени бодрствования. Поэтому в детском саду необходимо создавать условия для раскрытия резервов организма, способствующих росту, развитию и укреплению здоровья. В качестве психолого-педагогических условий, направленных на развитие и гармонизацию нервной системы ребёнка в целом, и деятельности мозговых структур в частности, рекомендуется опираться на кинезиологический подход.

Кинезиология – это наука о развитии умственных способностей и физического здоровья через определённые двигательные упражнения.

Слово «кинезиология» происходит от греческого слова «кинезис», обозначающего движение, и «логос» - наука, т. Е. наука о движениях.

Всех людей по соотношению активности полушарий можно условно разделить на три типа: правополушарных, левополушарных и равнополушарных. Более активное полушарие определяет стратегию мышления, эмоционального реагирования, восприятия, памяти, интеллектуальной активности и т. д. При обучении и воспитании детей необходимо учитывать особенности функциональной асимметрии полушарий. По исследованиям физиологов правое полушарие головного мозга - гуманитарное, образное, творческое – отвечает за тело, координацию движений, пространственное восприятие. Левое полушарие головного мозга – математическое, знаковое, речевое, логическое, аналитическое – отвечает за восприятие – слуховой информации, постановку целей и построение программ. Единство мозга складывается из деятельности двух полушарий, тесно связанных между собой системой нервных волокон (мозолистое тело).

Мозолистое тело (межполушарные связи) находится между полушариями головного мозга в теменно-затылочной части и состоит из двухсот миллионов нервных волокон. Оно необходимо для координации работы мозга и передачи информации из одного полушария в другое. Нарушение мозолистого тела искажает деятельность детей. Поэтому, необходимым условием высокой интеллектуальной активности ребёнка, его успешного обучения и высокой стрессоустойчивости, является полноценное развитие межполушарного взаимодействия (мозолистого тела). Межполушарное взаимодействие необходимо для координации работы мозга и передачи информации из одного полушария в другое. Его основное развитие происходит у девочек до 7 лет, у мальчиков – до 8-8,5 лет. Кинезиологический метод направлен на то, чтобы развивать связи между

правым и левым полушарием головного мозга и добиться гармоничного развития их у ребёнка. Применение данной методики позволяет улучшить у воспитанников мелкую и крупную моторику, память, речь, внимание, пространственные представления, снизить утомляемость, повысить способность к произвольному контролю. Программа «Гимнастика мозга» была разработана в,1970-х годах американским доктором Полом Деннисоном в Центре группового учения для неуспевающих «Долина» в Калифорнии, где он в течение 20 лет помогал детям и взрослым. Деннинсон разработал систему быстрых, простых, специфичных движений, приносящих пользу каждому обучающемуся, независимо от его проблемы. Кинезиологические упражнения дают как немедленный, так и кумулятивный, т. е. накапливающийся эффект.

Начинать кинезиологические упражнения целесообразно с детьми раннего возраста с пальчиковых игр от простого к сложному. После того как дети научились выполнять пальчиковые игры, с пяти лет даётся комплекс пальчиковых кинезиологических упражнений. Ребёнок выполняет вместе со взрослыми, затем самостоятельно по памяти, постепенно от занятия к занятию увеличивая время и сложность. Упражнения выполняются сначала правой рукой, затем левой, затем двумя руками вместе. Продолжительность занятий зависит от возраста и может составлять от 5-10 до 20-35 минут в день. Для результативности коррекционно-развивающей работы необходимо учитывать определённые условия:

занятия проводятся утром;

занятия проводятся ежедневно, без пропусков;

занятия проводятся в доброжелательной обстановке;

требуется точное выполнение движений и приёмов;

упражнения проводятся стоя или сидя за столом. Упражнения проводятся по специально разработанным комплексам.

Примерные упражнения:

«Колечко». Поочерёдно, как можно быстрее, перебирать пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т.д. Сначала упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе.

«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. Выполняется сначала правой рукой, потом левой, затем – двумя руками вместе.

«Зеркальное рисование». Положить на стол чистый лист бумаги. Взять в обе руки по карандашу или фломастеру. Начать рисовать обеими руками зеркально-симметричные рисунки, буквы.

«Замок». Скрестить руки ладонями друг к другу, сцепить пальцы в замок, развернуть руки к себе. Двигать пальцем, который укажет инструктор. Палец

должен двигаться точно и чётко. Нежелательно допускать движения соседних пальцев. Прикасаться к пальцу нельзя. Последовательно в упражнении должны участвовать все пальцы обеих рук. В дальнейшем дети могут выполнять упражнения в парах. «Ухо-нос». Левой рукой взяться за кончик носа, а правой рукой-за противоположное ухо (левое). Одновременно отпустить ухо и нос, хлопнуть в ладоши, поменять положение рук «с точностью до наоборот».

«Перекрёстные шаги». Локтем левой руки тянемся к колену правой ноги. Легко касаясь, соединяем локоть и колено. Это движение повторяем правой рукой и левой ногой. Выполнять стоя или сидя.

Под влиянием кинезиологических упражнений в организме происходят положительные структурные изменения. При более интенсивной нагрузке и значительные изменения.

Учитель-дефектолог ПКПП Л.С.Кириенко