

МБДОУ «Детский сад №1 г. Новозыбкова»

**Педагогический проект**  
**«Эффективность метода кинезиологии в коррекционной работе с детьми старшего дошкольного возраста с речевыми нарушениями»**

*(методы и приемы нейрокоррекции в работе с детьми старшего дошкольного возраста на логопункте)*

Автор:  
Цыганок Наталия Анатольевна,  
учитель-логопед,  
первая квалификационная категория

г. Новозыбков  
2023 г.

Оглавление	
<b>ВВЕДЕНИЕ</b> .....	<b>1</b>
Актуальность проекта .....	2
<b>СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ</b> .....	
Цель, задачи проекта.....	3
Этапы реализации проекта .....	4
Описание средств достижения цели .....	5
Педагогическая значимость кинезиологических упражнений для детей .....	6
Методика использования кинезиологических упражнений с дошкольниками на логопедических занятиях.....	7
Работа с родителями.....	8
Педагогическая значимость для родителей.....	9
План работы с родителями.....	10
Результативность проекта.....	11
<b>ЗАКЛЮЧЕНИЕ</b> .....	<b>15</b>
<b>СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ</b> .....	<b>15</b>

## Актуальность проекта

Главной задачей дошкольных учреждений является коррекция отклонений в развитии ребенка. Успешное преодоление речевого недоразвития возможно лишь при условии использования комплекса разнообразных средств и методов, способствующих всестороннему развитию ребенка, в том числе укреплению здоровья и физическому развитию. На сегодняшний день одним из перспективных средств такого развития выступают кинезиологические упражнения. Кинезиология – это перспективное научное направление, синтезирующее в себе знания и методы из многих отраслей наук, таких как медицина, педагогика, психология, коррекционная и специальная педагогика, логопедия и многие другие. Кинезиология - наука о развитии головного мозга через движение. Кинезиологические упражнения являются необходимыми базовыми упражнениями, которые «включают» мозговую активность человека и способствуют повышению эффективности и оптимизации всех видов коррекционных занятий с ребенком. Развивая межполушарное взаимодействие, мы создаем предпосылки для становления многих психических процессов, в том числе и развития речи. Это позволяет избегать трудности у детей в обучении и создает условия для формирования новых возможностей психических навыков и процессов.

Кинезиология относится к здоровьесберегающей технологии. А одной из главных задач нашего детского сада является укрепление и сохранение здоровья.

**Тип проекта:** педагогический, творческий, долгосрочный.

**Участники проекта:** проект реализует учитель-логопед дошкольной образовательной организации.

**Целевая группа:** воспитанники старшего дошкольного возраста, имеющие дефекты речи.

**Гипотеза:** Чем выше двигательная активность ребенка, тем интенсивней развивается его речь. Однако и формирование движений происходит при участии речи, поэтому сочетание речи с кинезиологическими движениями дает ряд преимуществ для детей логопатов. Сама речь как бы ритмизируется движениями, делается более громкой, четкой, эмоциональной, а наличие рифмы положительно влияет на слуховое восприятие. В то же время ритм речи, особенно стихов, поговорок и чистоговорок, способствует развитию координации, общей и тонкой произвольной моторики. Движения становятся более плавными, выразительными точными и ритмичными.

**Цель проекта:** создать условия для формирования правильного речевого и психомоторного развития у детей старшего дошкольного возраста через использование кинезиологических упражнений в сочетании с автоматизацией корригируемых звуков.

В соответствии с обозначенной целью в проекте были поставлены и решались следующие задачи.

### **Задачи:**

-проанализировать передовой педагогический опыт по использованию кинезиологических и нейропсихологических упражнений в практике работы с детьми, имеющими дефекты звукопроизношения;

-составить план коррекционной работы учителя-логопеда с использованием кинезиологических упражнений на разных этапах проведения занятия;

- оснащение кабинета необходимым оборудованием, трансформация коррекционно-образовательной среды кабинета.

-сформировать комплексы кинезиологических упражнений для коррекционной работы с детьми старшего дошкольного возраста, внедрить в коррекционную деятельность с детьми, имеющими дефекты звукопроизношения;

-изготовить сопутствующие дидактические пособия по развитию кинезиологических навыков;

-определить эффективность использования кинезиологических упражнений при работе с детьми старшего дошкольного возраста, имеющими дефекты звукопроизношения.

**Проект реализуется в три этапа:**

### **1 этап – диагностико - организационный:**

- Обследование детей с целью выявления актуального уровня сформированности межполушарного взаимодействия в начале учебного года;
- Определение содержания, методов, приемов работы с детьми;
- Создание развивающей среды (накопление, систематизация материала; изготовление методических пособий, трансформация коррекционно-образовательной среды кабинета)
- перспективное планирование для детей старшего дошкольного возраста;

### **2 этап – практический**

- Практическая отработка приемов и упражнений по кинезиологии,
- Совместная образовательно-игровая деятельность;
- Самостоятельная игровая деятельность детей;
- Взаимосвязь с родителями.

### **3 этап – контрольно-диагностический:**

- Повторное обследование детей с целью выявления динамики уровня развития межполушарного взаимодействия;
- Повторное обследование детей с целью выявления динамики сформированности правильного звукопроизношения у детей;
- Педагогическая рефлексия, определение эффективности проводимой работы;
- Выступления, представления опыта работы;
- Накопление и систематизация материала;

### **Описание средств достижения цели**

Кинезиологические упражнения – это комплекс движений позволяющих активизировать межполушарное взаимодействие.

**1.Растяжки** – они нормализуют тонус мышц.

Гипертонус (неконтролируемое чрезмерное мышечное напряжение) – проявляется, как правило, в двигательном беспокойстве, нарушении сна. У детей с гипертонусом ослаблено произвольное внимание, нарушены двигательные и психические реакции.

Гипотонус (неконтролируемая мышечная вялость) сочетается с замедленной переключаемостью нервных процессов, эмоциональной вялостью, низкой мотивацией и слабостью волевых усилий. Именно поэтому в самом начале занятий ребенку

необходимо дать почувствовать его собственный тонус и показать варианты работы с ним на самых наглядных и простых примерах, одновременно обучая возможным приемам релаксации.

## **2. Дыхательные упражнения.**

Дыхание – самая важная физическая потребность тела. Дыхательные упражнения улучшают ритмику организма (активность мозга, ритм сердца, пульсация сосудов), развивают самоконтроль и произвольность. Умение произвольно контролировать дыхание развивает самоконтроль над поведением. Особенно эффективны дыхательные упражнения для коррекции звукопроизношения, так как без сильной, ровной воздушной струи невозможно добиться правильного звукопроизношения.

## **3. Телесные упражнения.**

При их выполнении развивается межполушарное взаимодействие, снимаются синкинезии (непроизвольные, непреднамеренные движения) и мышечные зажимы. Интересно отметить, что человек может мыслить, сидя неподвижно. Однако для закрепления мысли необходимо движение. В результате движений во время мыслительной деятельности прорабатываются нейронные сети, позволяющие закрепить новые знания. При регулярном выполнении реципрокных (перекрестных) движений образуется и миелинизируется большое количество нервных путей, связывающих полушария головного мозга, что способствует развитию психических функций.

**5. Тренировка тонких движений пальцев рук** стимулирует общее развитие речи (морфологическое и функциональное формирование речевых областей совершается под влиянием кинестетических импульсов от рук), а также является мощным средством повышения работоспособности головного мозга.

## **6. Массаж**

Особенно эффективным является массаж пальцев рук и ушных раковин. Специалисты насчитывают около 148 точек, расположенных на ушной раковине, которые соответствуют разным частям тела. Точки на верхушке уха соответствуют ногам, а на мочке уха – голове.

**7. Упражнения для релаксации** способствуют расслаблению, снятию напряжения.

## **Педагогическая значимость кинезиологических упражнений для детей:**

- - ребёнок учится чувствовать пространство, свое тело;
- - развивается зрительно-моторная координация (глаз-рука);
- - формируется правильное взаимодействие ног и рук;
- - ребёнок учится последовательно выполнять действия;

- - развивается слуховое и зрительное внимание;
- повышают способность к произвольному контролю.

Современные кинезиологические методики направлены на активизацию различных отделов коры головного мозга, ее больших полушарий, что позволяет развивать способности человека или корректировать проблемы в различных областях психики.

### **Методика использования кинезиологических упражнений с дошкольниками на логопедических занятиях.**

Кинезиологические упражнения используются как часть коррекционных занятий, которые проходят 2 раза в неделю. В другие дни эти упражнения проводятся воспитателями в группах, так как динамические паузы, утренние гимнастики и гимнастик после сна, или проводятся перед занятиями как организующее звено, настраивающее детский организм на плодотворную работу во время занятий. Также кинезиологические упражнения используются на физкультурных, музыкальных занятиях и в работе педагога – психолога. Структура логопедического занятия позволяет включать кинезиологические упражнения на каждом этапе.

#### **Дыхательные упражнения:**

*“Свеча”* Исходное положение – сидя или стоя. Представьте, что перед вами стоит большая свеча. Сделайте глубокий вдох и постарайтесь одним выдохом задуть свечу. А теперь представьте перед собой 5 маленьких свечек. Сделайте глубокий вдох и задуйте эти свечи маленькими порциями выдоха.

*“Ныряльщик”* Исходное положение – стоя. Сделать глубокий вдох, задержать дыхание, при этом закрыть нос пальцами. Присесть, как бы нырнуть в воду. Досчитать до 5 и вынырнуть – открыть нос и сделать выдох.

*«Снежинка»* Исходное положение – сидя или стоя. Перед вами снежинка, сдуй ее, когда она близко. (снежинка отодвигается дальше). Теперь набери побольше воздуха и подуй, что бы снежинка полетела (еще отодвигаем снежинку). И очень много воздуха набери, снежинка далеко, ее нужно достать воздушной струей.

#### **Артикуляционная гимнастика:**

*«Гимнастика со Степой»* комплекс упражнений с переключением позы рук и языка одновременно.

*«Попробуй, повтори»* Смена позы тела и артикуляционного упражнения.

*«Сделай сам»* Ребенок сам выбирает артикуляционное упражнение и движение рук или тела к нему.

#### **Пальчиковая гимнастика:**

«Ленточки-косички» заплетаем косички из веревочек, собираем ленту пальчиками одной рукой, вяжем узлы.

«Ладшки на дорожке» кинезиологический тренажер, на котором отрабатывается переключение позы кисти рук и проговариваются слоги или слова автоматизированного звука.

«Умные пальчики» - кинезиологический тренажер. Выстраиваем разные позы пальцев рук одновременно и проговариваются слоги или слова автоматизированного звука.

«Колечко» Поочередно перебирать пальцы рук, соединяя в кольцо большой палец и последовательно указательный, средний, безымянный и мизинец. Вторая рука делает в противоположном направлении.

«Лезгинка» Левая рука сложена в кулак, большой палец отставлен в сторону, кулак развернут пальцами к себе. Правая рука прямой ладонью в горизонтальном положении прикасается к мизинцу левой. После этого одновременно происходит смена правой и левой рук в течении 6-8 раз.

#### **Автоматизации звука:**

«Зеркальное рисование» Обводим или рисуем двумя руками с проговариванием поставленного звука.

«Змейка» Скрестите руки ладонями друг к другу, сцепите пальцы в замок, выверните руки к себе. Проговаривание поставленного звука с подниманием пальцев одной руки, затем другой.

«Полицейский» Смена позы рука под козырек и вытянутой руки с поднятым большим пальцем и проговариванием поставленного звука.

#### **Развитие фонематического слуха:**

«Китайский болванчик». Ставим ноги на ширине плеч. Вдохнуть, запрокинуть голову назад, на выдохе произносить чётко БА-БО-БЭ. Принять И.п., вдохнуть, медленно наклонить голову до соприкосновения подбородка с грудью и произносить на выдохе: НА-НО-НЭ.

- Принять И.п., вдохнуть, медленно наклонять голову влево, произнося на выдохе: ФА-ФО-ФЭ. -Принять И.п., вдохнуть, медленно наклонять голову вправо, произнося на выдохе: КА-КО-КЭ. По мере усвоения детьми упражнения, оно усложняется добавлением задания (хлопнуть в ладоши, щелкнуть пальцами, топнуть ногой).

«Слушай и прыгай» - прыгаем двумя ногами по ортоковрикам вперед, если звук Л в начале слова и прыгаем назад, если звук Л в конце слова.

#### **Автоматизация слога и слова:**

«Коза-заяц», «Червяк и яблоко», «Колечко-ладошка.» Переключение позы рук с проговариванием слогов.

«Найди и покажи» на поле, разделенным на две части одинаковые картинки в разнобой. Одновременно двумя руками показать одинаковые картинки и произнести.

«Посмотри и постучи» взять в руки палочки, простучать правой и левой рукой разное количество ударов, проговаривая ряд предложенных слогов или слов.

*Моторные дорожки* с перекрёстным движением рук или ног и проговариванием заданного слова или слога.

### **Автоматизация в связной речи:**

Кинезиологические сказки.

### **Работа с родителями**

Для достижения положительных результатов в развитии ребёнка невозможно ограничиться только работой, проводимой в стенах детского сада. Родители – самые заинтересованные и активные участники воспитательного процесса. Любая деятельность, направленная на укрепление и сохранение здоровья детей, воспринимается родителями положительно. Среди родителей пропагандирую использование кинезиологических упражнений для занятий с детьми в домашних условиях. Родители детей, посещающих логопункт, ознакомлены с условиями выполнения кинезиологических упражнений.

Единство требований, скоординированная деятельность воспитателя, логопеда и родителей, направленная на всестороннее развитие ребёнка, даёт возможность добиться хороших результатов в развитии дошкольника. Важно найти такую форму общения с родителями, которая обеспечивает и взаимопонимание, и поддержку в решении различных проблем, касающихся воспитания и развития их детей. Поэтому я отбирала такие формы работы с родителями, которые позволили строить отношения на принципах взаимоуважения, личной заинтересованности, индивидуального подхода.

1. Групповые родительские собрания.
2. Подгрупповые и индивидуальные беседы, консультации.
3. Открытые занятия для родителей.
4. Мастер – классы
5. Папки – передвижки, содержащие рекомендации по правильному выполнению кинезиологических упражнений.
6. Буклеты с подбором кинезиологических упражнений

### **Педагогическая значимость для родителей:**



Родители (законные представители) знакомятся с современными методиками, их целями и задачами.

Научатся применять кинезиологические упражнения на практике, занимаясь с ребенком дома.

### План работы с родителями.

Сроки	Содержание работы	Практические выходы
Сентябрь	Выступление на родительском собрании	Оповещение о начале проекта.
Октябрь	Стендовая информация «Что такое кинезиология». «Умные пальчики».	Информация в родительский уголок, родительский чат.
Ноябрь	Мастер-класс «Использование кинезиологических упражнений для развития речи»	Обучение родителей практическим навыкам соединения кинезиологического упражнения и автоматизации поставленного звука.
Декабрь	Папка передвижка для родителей с упражнениями недели. Родители могут брать раздаточную информацию с упражнениями, которые отрабатываются на текущей неделе и закреплять упражнения дома.	Закрепление кинезиологических упражнений дома.
Январь	Онлайн демонстрация занятия на логопункте с использованием кинезиологических мячей и мешочков.	Онлайн занятие для родителей.
Февраль	Стендовая консультация: «Мозжечковая стимуляция»	Информация об усложненных упражнениях, включающих мозжечковую стимуляцию, кинезиологические упражнения и речевое сопровождение.
Март	Творческое задание: «Сказка пальчиками». Видео ролики со сказками. выполняют родители с детьми.	Творческое задание для детей и родителей.
Апрель	Семинар-практикум для родителей «Обучение в движении».	Повышение педагогической компетенции.
Май	Индивидуальные консультации по итогам обследования детей.	Рекомендации на летний период.

### Результативность проекта.

В начале работы с детьми с использованием кинезиологических упражнений использую «Адаптированную методика диагностики показателей межполушарного взаимодействия»

### **1. Проба Озерецкого. «Кулак—ребро—ладонь»**

Ребенку показывают три положения руки на плоскости стола, последовательно сменяющих друг друга. Ладонь на плоскости, ладонь, сжатая в кулак, ладонь ребром на плоскости стола, распрямленная ладонь на плоскости стола. Ребенок выполняет пробу вместе с педагогом, затем по памяти в течение 8—10 повторений моторной программы. Проба выполняется сначала правой рукой, затем — левой, затем — двумя руками вместе.

Критерии оценки:

- 3 балла — выполнено без ошибок;
- 2 балла — выполнено с ошибками;
- 1 балл — не может выполнить, постоянно ошибается.

### **2.Пробы Хеда.**

Простая ориентировка.

Инструкция: «Подними левую руку (начинать надо только с левой руки), покажи правый глаз, левую ногу». Если задание выполнено, то переходят к следующему, если нет — прекращают.

Сложная ориентировка.

Инструкция: «Возьмись левой рукой за правое ухо, правой рукой — за правое ухо, правой рукой — за левое ухо, покажи левой рукой правый глаз».

Критерии оценки:

- 3 балла — выполнены оба задания;
- 2 балла — выполнена только простая ориентировка;
- 1 балл — не выполнено ни одного задания.

Выполнение пробы затруднено у детей с левополушарной недостаточностью и у детей.

### **3. Пальцевый гнозис и праксис.**

Ребенку предлагается, не глядя на свою руку, вслед за экспериментатором воспроизводить различные положения пальцев: Все пальцы выпрямлены и сомкнуты, ладонь повернута вперед;

- 1-й палец поднят вверх, остальные собраны в кулак;
- указательный палец выпрямлен, остальные собраны в кулак;
- 2-й и 3-й пальцы расположены в виде буквы Y;
- 2-й и 5-й пальцы выпрямлены, остальные собраны в кулак;
- 2-й и 3-й пальцы скрещены, остальные собраны в кулак;

2-й и 3-й пальцы выпрямлены и расположены в виде буквы Y, а 1, 4 и 5-й пальцы собраны в кулак («зайчик»);

1-й и 2-й пальцы соединены кольцом, остальные выпрямлены.

Критерии оценки:

- 5 баллов — правильно и быстро;
- 4 балла — правильно, но медленно;
- 3 балла — дезавтоматизация движений на истощении;
- 2 балла — персеверации (повторение) на истощении;
- 1 балл — выраженные персеверации (застреваемость на отдельных позах).

#### **4. Оральный праксис.**

По подражанию ребенку предлагается выполнить 11 действий:

- 1) улыбнуться;
- 2) надуть щеки;
- 3) сделать губы трубочкой (как при звуке «у»);
- 4) сделать губы как при звуке «о»;
- 5) «покатать орешки за щеками» (кончиком языка);
- 6) высунуть язык лопаткой (широко);
- 7) поднять кончик языка вверх и положить его на верхнюю губу;
- 8) опустить кончик языка вниз и положить его на нижнюю губу;
- 9) поместить кончик языка в правый угол рта;
- 10) то же — в левый угол рта;
- 11) высунуть язык и сделать кончик узким.

Оцениваются точность движений и способность к переключению.

Критерии оценки:

0 баллов – не может выполнить упражнение.

1 балл - неточно выполненное движение (сопутствующих движений губами, челюстью)

2 балла — выполнено без ошибок;

*Анализ диагностики уровня развития межполушарного взаимодействия.*

*Обследовано 25 детей.*

#### **Педагогическая значимость проекта для учителя-логопеда:**

1. Повышение профессиональной компетентности.
2. Повышение интереса к коррекционным занятиям со стороны детей и родителей.
3. Улучшение качества оказания помощи по устранению речевых нарушений.

## **Заключение:**

Введение в коррекционную работу кинезиологических упражнений и синтез с речевыми упражнениями по автоматизацией поставленных звуков способствовало системной продуктивной и качественной работе по преодолению дефектов звукопроизношения, актуализации интеллектуальных способностей дошкольников, к которым относятся логические операции, наглядное моделирование, оперативная память. Удалось повысить уровень самоконтроля, развить слухоречевую память, пространственное восприятие. Повысилась двигательная активность на занятии, моторная память.

Использование кинезиологических упражнений позволило добиться высоких результатов в коррекционно-развивающей работе-87% выпускников, которым была оказана логопедическая помощь, выпускаются с чистой речью.

### **Литература:**

1. Деннисон П. Гимнастика мозга / перевод С. М. Масгутовой. – М.: Частное Образовательное Учреждение Психологической Помощи «Восхождение», 1997г.
2. Использование метода кинезиологии в работе с дошкольниками / Е. И. Стальская, Ю. С. Корнеева, Е. Г. Ромицына // Северная Двинамай-июнь).
3. Кинезиология, или природная мудрость тела Н. В. Любимова. - СПб: Невский проспект. - 2005. - 192 с.
4. Колеченко А. К. Энциклопедия педагогических технологий. – СПб: КАРО, 2007. - С.14
5. Дудьев В.П. Средства развития тонкой моторики рук у детей с нарушением речи.— Дефектология, №4, 1999.
6. Аршавский В.В. Межполушарная асимметрия в системе поисковой активности.— Владивосток, 1988.
7. Психологический словарь / под ред. В. П. Зинченко Б. Г. Мещерякова. – 2-е изд.: - М.: Педагогика пресс, 2009 – 440с.
8. Сиротюк А. Л. Коррекция проблем обучения и развития методом кинезиологии. - М.: Аркти, 2003. – 156 с.
9. Сиротюк А. Л. Коррекция развития интеллекта дошкольников.— М: ТЦ Сфера, 2008.48 с.
10. Столяренко Л. Д. Педагогическая психология / Л. Д. Столяренко. – 4-е изд.: - Ростов на Дону.: Феникс, 2000 – 542с.
11. Гилевич И.М., Забара Е.А., Ипполитова М.В. и др. Дети с отклонениями в развитии.—М., 1997
12. Шереметева Г. Б. Кинезиология. Целебное прикосновение – М.: АмритаРусь,2009.- 96с.
13. Рузина М.С. Пальчиковые и телесные игры для малышей – СПб.: Речь, 2003
14. Сиротюк А.Л. «Обучение детей с учётом психофизиологии», «Сфера», Москва 2001г.
15. Сиротюк А.Л. «Нейропсихологическое и психофизиологическое сопровождение обучения», «Сфера», Москва 2003г
16. Шанина Г.Е Упражнения специального кинезиологического комплекса для восстановления межполушарного взаимодействия у детей и подростков: Учебное пособие – М., 1999.
17. Брагина Н.Н., Доброхотова Т.А. Функциональные асимметрии человека.—М., 1981.

## Приложение 1

План коррекционной работы учителя-логопеда с использованием кинезиологических упражнений на разных этапах коррекционного процесса

*Источник: картотека упражнений*

Месяц	Этапы коррекционной работы	Используемые кинезиологические упражнения.
1 этап диагностико – организационный:  август сентябрь	1.Обследование детей с целью выявления актуального уровня сформированности межполушарного взаимодействия: «Адаптированная методика диагностики показателей межполушарного взаимодействия» 2. Адаптация логопедических пособий для кинезиологических упражнений.  3. Трансформация коррекционно-образовательной среды кабинета	1.Протокол обследование  2.Пособия для отработки корригируемого звука с применением упражнений, имеющих кинезиологическую направленность.  3.Предметно-развивающая среда кабинета позволяет использовать кинезиологические пособия и оборудование в коррекционной работ
2 этап Практический  Октябрь	Дыхательная гимнастика- Пальчиковая гимнастика- Арикуляционная гимнастика- Фонематический слух- Автоматизация слогов-	<b>Комплекс №1</b> упр. «Уголек на лодони» упр. «Добываем огонь» пособие «Пальчики и язычок» упр. «Кулак – ребро – ладонь» моторные дорожки на ортоковриках. упр. «Колечко», зеркальное рисование.
Ноябрь	Дыхательная гимнастика- Пальчиковая гимнастика- Арикуляционная гимнастика- Фонематический слух-	<b>Комплекс №2</b> упр. «китайский болванчик» упр. «длинно-коротко» упр. «лезгинка» пособие «Гимнастика со Степой» Моторная дорожка со следочками и ладошками. упр. «крутим-трясем»

	Автоматизация слогов, слов-	Нейротренажер «разноцветные ладошки», моторные дорожки.
Декабрь	Дыхательная гимнастика-	<b>Комплекс №3</b> Упр. «Раздавим орех»
	Пальчиковая гимнастика-	«Ребро-кулак-ребро-ладонь»
	Артикуляционная гимнастика-	Упр. «домик»
	Фонематический слух-	Упр. «Катаем мяч»
	Автоматизация слогов, слов-	Упр. «Думай и стучи»
	Автоматизация на уровне предложений, фразы, чистоговорок, стихов-	Пособие «кулачки-ладошки» Упр. «Коза на лугу» Упр. «Классный заяц» Балансировочная координационная дорожка.
Январь	Дыхательная гимнастика-	<b>Комплекс №4</b> Упр. «Раздавим орех»
	Пальчиковая гимнастика-	Упр. «Лизгнка»
	Артикуляционная гимнастика-	Пособие «Найди пару»
	Фонематический слух-	Упр. «Сжимаем кулаки»
	Автоматизация слогов, слов-	Упр. «Бегущие пальцы»
	Связная речь-	Пособие «Кулаки-ладошки»
Февраль	Дыхательная гимнастика-	<b>Комплекс №5</b> «Велосипед»
	Пальчиковая гимнастика-	Упр. «Ползущий карандаш»
	Артикуляционная гимнастика-	Пособие «Три в ряд»
	Фонематический слух-	Моторные дорожки
	Автоматизация слогов, слов-	Упр. «Змейка», «Языколомки»
	Связная речь-	Массаж (самомассаж) биологически активных точек пальцев рук с речевым сопровождением, моторные дорожки.
Март	Дыхательная гимнастика-	<b>Комплекс №6</b> Упр. «Вьюга воет»
	Пальчиковая гимнастика-	Упр. «Поднимаем пальчики»
	Фонематический слух-	Упр. «Фонарики»
	Автоматизация слогов, слов-	Упр. «Восьмёрка»
	Связная речь-	Сказка с мячом «Ёжик на прогулке»

	Пальчиковая гимнастика-	<b>Комплекс №7</b> Упр. «Лесенка»
	Фонематический слух-	Упр. «Хлопают ладошки и кулачки»
	Связная речь-	Кинезиологические сказки.
3 этап – контрольно- диагностический  Май	Обследование детей с целью выявления актуального уровня сформированности межполушарного взаимодействия: «Адаптированная методика диагностики показателей межполушарного взаимодействия Н.И. Озерецкого»	Протокол обследования.



Картотека

Кинезиологических упражнений

**КОМПЛЕКС № 1.**

1. Колечко. Поочередно и как можно быстрее перебирайте пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т.д. Проба выполняется в прямом (от указательного пальца к мизинцу) и в обратном (от мизинца к указательному пальцу) порядке. Вначале упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе.

2. Кулак—ребро—ладонь. Ребенку показывают три положения руки на плоскости стола, последовательно сменяющих друг друга. Ладонь на плоскости, ладонь сжатая в кулак, ладонь ребром на плоскости стола, распрямленная ладонь на плоскости стола.

Ребенок выполняет пробу вместе с педагогом, затем по памяти в течение 8—10 повторений моторной программы. Проба выполняется сначала правой рукой, потом — левой, затем — двумя руками вместе. При усвоении программы или при затруднениях в выполнении педагог предлагает ребенку помогать себе командами («кулак—ребро—ладонь»), произносимыми вслух или про себя.

3. Симметричные рисунки. Нарисуйте в воздухе обеими руками одновременно зеркально симметричные рисунки (можно прописывать простые геометрические фигуры).

4. Зеркальное рисование. Положите на стол чистый лист бумаги. Возьмите в обе руки по карандашу или фломастеру. Начните рисовать одновременно обеими руками зеркально-симметричные рисунки, буквы. При выполнении этого упражнения почувствуете, как расслабляются глаза и руки. Когда деятельность обоих полушарий синхронизируется, заметно увеличится эффективность работы всего мозга

5. Ухо — нос. Лево́й рукой возьмитесь за кончик носа, а правой рукой — за противоположное ухо. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши, поменяйте положение рук «с точностью до наоборот».

6. Добываем огонь. С напряжением прокатывать палочку между соединенными ладонями.

7. Уголек на ладони. Подбрасывать шар на ладони попеременно левой и правой рукой. Затем подбрасывать два шара двумя руками одновременно. Каждый раз дуем на уголек.

8. Моторная дорожка из ортоковриков. Перепрыгивать двумя ногами по коврикам. Шагать по коврикам с левой ноги.

**КОМПЛЕКС № 2.**

1. Массаж ушных раковин. Помассируйте мочки ушей, затем всю ушную раковину. В конце упражнения разотрите уши руками.
2. Перекрестные движения. Выполняйте перекрестные координированные движения одновременно правой рукой и левой ногой (вперед, в сторону, назад). Затем сделайте то же левой рукой и правой ногой.
3. Китайский болванчик. Дышите глубоко. Расправьте плечи, закройте глаза, опустите голову вперед-назад, право-лево. Упражнение выполняется медленно.
4. 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 в течение 6—8 смен позиций. Добивайтесь высокой скорости смены положений.
5. Дыхательная упражнение «длинно-коротко». Выполните ритмичное дыхание: вдох в два раза короче выдоха.
6. Качаем палочку. Упираясь концами палочки в центр ладоней, вращать кисти рук перпендикулярно палочке, стараясь не уронить ее. Медленно поднимать руки над головой и опускать их вниз, продолжая удерживать палочку (2-3 раза).
7. Крутим-трясем. Зажать шар в руке и производить максимально свободные движения в лучезапястном суставе – тряхни мяч, другой рукой зажать мяч и вращать кистью.
8. Моторная дорожка с ладошками и следочками. Перекрестные шаги. Прыжки на коврик двумя ногами, на следок – одной, коснуться ладошки перекрестно.

### ***КОМПЛЕКС № 3.***

1. «Ребро-кулак-ребро-ладонь» Поверните правую руку на ребро, согните пальцы в кулак, выпрямите, положите руку на ладонь. Сделайте то же самой левой рукой.
2. Домик. Соедините концевые фаланги выпрямленных пальцев рук. Пальцами правой руки с усилием нажмите на пальцы левой, затем наоборот. Отработайте эти движения для каждой пары пальцев отдельно.
3. Думай и стучи. Постучите каждым пальцем или палочками столько раз, сколько указано для каждой руки.
4. «Классный заяц» Правая рука показывает пальчиками уши зайчика, левая-«лайк»-кулак с большим пальцем вверх. Чередуем позы, меняем руки.
5. Катаем мяч. Раскатывайте на столе небольшой мяч (можно массажный) по очереди пальцами правой руки, затем левой.

6. «Коза на лугу» Правая рука показывает пальчиками «козу»-указательным и мизинцем. Левая рука показывает «луг»-ладонь. Чередуем позы, меняем руки.

7.Раздавим орех. Положить шар в центр ладони левой руки, а сверху положить центром ладони на шар правую руку. Сдавливать шар с обеих сторон, как бы пытаюсь его раздавить. Осуществлять сжатие с максимальным напряжением, чередовать напряжение с расслаблением, не выпуская шар из руки.

8. Балансировочная координационная дорожка. Пройди по дорожке. Пройди по дорожке и сбей кегли ногой перекрестно. Пройди по дорожке и наступай на следки. Перепрыгивай модули дорожки одной ногой или двумя ногами.

#### ***КОМПЛЕКС № 4.***

1. Сядьте на пол «по-турецки», положите руки на диафрагму. Поднимая руки вверх, сделайте вдох, опуская руки, — выдох.

2. Снеговик. Стоя. Представьте, что вы только что слепленный снеговик. Тело должно быть напряжено как замерзший снег. Пришла весна, пригрело солнце и снеговик начал таять. Сначала «тает» и повисает голова, затем опускаются плечи, расслабляются руки и т.д. В конце упражнения мягко упадите на пол и лежите, как лужица воды.

3. Сжимаем кулаки. Сидя, согните руки в локтях, сжимайте и разжимайте кисти рук, постепенно убыстряя темп. Выполняйте до максимальной усталости кистей. Затем расслабьте руки и встряхните.

4.Поглаживание лица: приложите ладони ко лбу, на выдохе проведите ими с легким нажимом вниз до подбородка. На вдохе проведите руками со лба через темя на затылок, с затылка на шею.

5. Вытяните руки перед собой, сгибайте кисти вверх и вниз. Затем вращайте обеими кистями по и против часовой стрелки (сначала однонаправлено, затем разнонаправлено), сводите и разводите пальцы обеих рук. Попробуйте одновременно с движениями рук широко открывать и закрывать рот.

6. Бегущие пальцы. Перебирать всеми пальцами вдоль карандаша (палочки) от одного конца до другого вперед и назад.

7. Тигр кусает шар. Сжать шар между большим и указательным пальцами, при сдавливании шар держать очень плотно, добиваясь ощущения ломоты и растягивания. Аналогично сжимать шар между другими пальцами, максимально вставляя шар в межпальцевый промежуток.

8. 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 в течение 6—8 смен позиций. Добивайтесь высокой скорости смены положений.

### ***КОМПЛЕКС № 5.***

1. Задержка дыхания. Сделайте глубокий вдох и задержите дыхание так долго, насколько это возможно. Можно ввести элемент соревнования в группе.

2. Следите глазами по контуру воображаемой фигуры (круг, треугольник, квадрат) или цифры.

3. Движения челюстью в разных направлениях.

4. Самомассаж ушных раковин: зажмите мочку уха большим и указательным пальцами, разминайте раковину снизу вверх и обратно. Потяните ушные раковины вниз, в сторону и вверх.

5. «Велосипед» Упражнение в парах: встаньте напротив друг друга, коснитесь ладонями ладоней партнера. Совершайте движения, аналогичные велосипеду. Первый двигает руками вперед на вдохе, счет до 5, затем назад на выдохе, счет до 5.

6. Ползущий карандаш. Удерживая карандаш между пальцами, ослабить зажим настолько, чтобы карандаш медленно сполз вниз.

7. Обезьяна хватает персик. С силой сжимать в руке шар, который располагается прямо в середине ладони.

8. Змейка Дети скрещивают руки ладонями друг к другу, сцепляют пальцы в замок, поворачивают руки к себе. Затем дети двигают тем пальцем, который называет педагог. Палец должен двигаться точно и четко, не допуская синкинезий. Прикасаться к пальцу нельзя. При усложнении дети выполняют хлопок. Упражнение считается освоенным, если дети выполняют его 10 раз без ошибок с закрытыми глазами.

Змея шипит, шипит, шипит,

Полгода учит алфавит,

Устала бедная уже,

А знает только букву Ш-Ш-Ш.

9. Массаж (самомассаж) биологически активных точек пальцев рук

Раз, два, три, четыре, пять!

(Дети соединяют пальцы правой и левой рук, начиная с мизинца).

Вышли пальчики гулять.

(Дети потирают ладони друг о друга, затем растирают тыльные поверхности кистей кругообразными движениями подушечками пальцев).

Этот пальчик гриб нашёл, Этот пальчик чистил стал, Этот – резал,

Этот – ел,

Ну, а этот лишь глядел,

(Дети выполняют самомассаж концевых фаланг пальцев рук: соединяют подушечки указательных и больших пальцев, делая вращательные движения с нажимом).

Раз, два, три, четыре, пять!

Мы вернулись отдыхать.

Этот пальчик хочет спать,

Этот пальчик прыг в кровать,

Этот пальчик раз зевнул,

Этот пальчик прикорнул,

Этот пальчик уж уснул.

(Дети выполняют точечный самомассаж в центре ладоней большим пальцем другой руки).

Встали пальчики: «Ура!»

(Тонизация точки в центре ладошки).

В детский сад идти пора.

(Сжимать и разжимать пальцы рук).

### ***КОМПЛЕКС № 6.***

1. Фонарики. Стоя по команде взрослого «Вечер» «дети-фонари» из положения стоя поднимают напряжённые руки в стороны (пальцы сжаты в кулаки) и удерживают их в таком положении несколько секунд до команды «Утро», по которой дети опускают расслабленные руки вниз вдоль туловища. Повторение 5-7 раз.

ладонями вверх. Затем, медленно выдыхая, опустите руки вдоль тела ладонями вниз.

2. Полет. Стоя. Сделайте несколько сильных взмахов руками, разводя их в стороны.

3. Правой рукой массируйте левую руку от локтя до запястья и обратно. Затем от плеча до локтя и обратно. То же самое движение проделайте с другой рукой.

4. Поднимаем пальчики Прижмите ладонь к поверхности стола. Сначала по порядку, а затем хаотично поднимайте пальцы по одному и называйте их.

5. Сидя на полу, вытяните ноги перед собой. Совершайте движения пальцами обеих ног, медленно сгибая и выпрямляя их сначала вместе, затем поочередно. Добавьте синхронные движения кистями рук.

6. Шаги. Зажать карандаш между вторыми фалангами указательного и среднего пальцев и делать шаги по столу. Следить, чтобы карандаш не выпал из пальцев.

7. Когти дракона сжимают жемчужину. Взять шар в щепоть. Все пять пальцев давят

на поверхность шара, как бы мнут его. Затем перекачивать шарик, сжимая его между кончиками пальцев

8. Вьюга воет. Стоя, по сигналу взрослого «Вьюга начинается» тихо изображают её звук: у- у- у, «Сильная вьюга» - изменяют силу голоса до громкого (но не крика), «Вьюга стихает» - снова изменяют силу голоса до тихого, «Вьюга прошла» - дети замолкают.

Перед началом игры дети делают глубокий вдох носом. Взятая воздуха им должно хватить до слов «Вьюга прошла».

9. Восьмёрка Большой палец правой руки встречается с указательным пальцем левой руки, правая рука вращается вперёд, а левая назад одновременно. Затем указательный палец правой руки встречается со средним пальцем левой руки, правая рука вращается вперёд, а левая назад одновременно. Таким образом упражнение выполняется до мизинца.

Вначале дети выполняют упражнение медленно вместе с педагогом (все действия проговариваются, каждый палец называется), а затем дети выполняют упражнение самостоятельно в индивидуальном темпе. Те же движения повторяются с закрытыми глазами.

#### 10. Сказка «Ёжик на прогулке»

В сказочном лесу в маленьком уютном домике жил-был маленький ёжик.

(Дети зажимают шарик в ладошке).

Выглянул ёжик из своего домика, увидел солнышко.

(Дети раскрывают ладошки и показывают шарик).

Улыбнулся ёжик солнышку и решил прогуляться по лесу.

(Дети улыбаются, раскрывают одну ладошку веером).

Покатился ёжик по прямой дорожке.

(Дети раскатывают шарик прямыми движениями кистей).

Катился-катился ёжик и прибежал на красивую, круглую полянку.

(Дети соединяют подушечки пальцев, образуя круг).

Обрадовался ёжик и стал бегать и прыгать по полянке.

(Дети зажимают шарик между ладонями).

Стал ёжик цветочки нюхать.

(Дети прикасаются колючками шарика к кончикам пальцев и делают глубокий вдох).

Вдруг набежали тучки,

(Дети зажали шарик в одном кулачке, потом в другом).

Закапал дождик: кап-кап-кап.

(Дети стучат кончиками пальцев по колючкам шарика).

Спрятался ёжик под большой грибок,

(Дети делают «шляпку грибка» ладонью левой руки, прячут шарик под «грибком»). Укрылся ёжик от дождя, а когда закончился дождь, то на полянке выросли разные грибы: подосиновики, подберёзовики, опята, лисички и даже белый гриб.

(Дети прокатывают шарик по каждому пальчику).

Захотелось ёжику обрадовать свою маму, собрать грибы и отнести их домой, а их так много, как понесет их ёжик? Да, на своей спинке. Аккуратно насадил ёжик грибочки на иголки.

(Дети нажимают шариком на подушечку каждого пальца, как будто накалывают гриб на колючки»).

Довольный побежал ёжик домой.

Сначала бежал он по прямой дорожке,

(Дети раскатывают шарик прямыми движениями по ладоням).

Потом побежал ёжик по извилистой дорожке.

(Дети выполняют круговые движения шариком по ладони).

Прибежал домой, отдал мамочке грибы, мама улыбнулась, обняла и поцеловала сыночка за заботу. А когда наступил вечер, закрыл ёжик свой домик, лёг в кроватку и уснул сладким сном!

(Дети зажимают шарик в ладошке).

### ***КОМПЛЕКС № 7.***

1. Дышите только через одну ноздрю (сначала левую, затем правую).

2. Яйцо. Сядьте на пол, подтяните колени к животу, обхватите их руками, голову спрячьте в колени. Раскачивайтесь из стороны в сторону, стараясь расслабиться.

3. Хлопают ладошки и кулачки. Хлопните несколько раз в ладони, чтобы пальцы обеих рук соприкасались. Затем выполните хлопки кулаками, ориентированными тыльной поверхностью сначала вверх, а потом вниз.

4. Закройте глаза. Попробуйте опознать небольшой предмет, который дадут вам в руку (ключ, пуговица, скрепка и т.д.).

5. Упражнения в парах: встаньте лицом друг к другу. Один из партнеров выполняет движение руками или ногами, другой должен их зеркально отобразить.

6. Лесенка Дети кладут ноготь большого пальца левой руки на подушечку большого пальца правой руки. Затем на большой палец левой руки дети кладут подушечку указательного пальца правой руки. Сверху на него – указательный палец левой руки. Кончики всех пальцев поочередно ложатся друг на друга, мизинцы – последние. Дети меняют положение пальцев после хлопка. Дети выполняют упражнение в медленном темпе вместе с педагогом (при этом все действия проговариваются, каждый палец называется). По мере освоения дети

самостоятельно выполняют данное упражнение в индивидуальном темпе.

Усложнение: выполнение упражнения с закрытыми глазами.

Раз шажок, Два шажок.

Шёл по лесенке сынок.

А ступеньки высоки,

А шажочки нележки.

Раз шажок, Два шажок –

Утомился мой дружок.

Постоим, отдохнём,

И опять вперёд пойдём!

7. Перекаты (выполняется по возможности расслабленной кистью). Перекатывать шарик между пальцами. Шарик помещается между большим и указательным пальцами. Указательный палец перекачивает шарик как вдоль, так и поперек большого пальца. Повторить упражнение остальными пальцами.