

Консультация «Кинезиология в работе логопеда»

Использование кинезиологических приёмов позволяет улучшить у воспитанников память, внимание, речь, пространственные представления, мелкую и крупную моторику, снизить утомляемость, повысить способность к произвольному контролю. Многие упражнения направлены на развитие одновременно физических и психофизиологических качеств, на сохранение здоровья детей, и профилактику отклонений в их развитии. Под влиянием кинезиологических тренировок в организме наступают положительные структурные изменения.

Примерные упражнения для дошкольников:

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 и обратном (от мизинца к указательному пальцу) порядке. В начале упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем сразу двумя руками.

2. *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).

3. *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. Повторить 6-8 раз.

4. *Змейка*. Скрестите руки ладонями друг к другу, сцепите пальцы в замок, выверните руки к себе. Двигайте пальцем, который укажет ведущий. Палец должен двигаться точно и четко. Прикасаться к пальцу нельзя. Последовательно в упражнении должны участвовать все пальцы обеих рук.

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

6. Расправьте пальцы левой руки, слегка нажав точку концентрации внимания, расположенную в середине ладони, большим пальцем правой руки. Повторите это 5 раз. При нажатии сделайте выдох, а при ослаблении вдох. Потом сделайте то же самое для правой руки.

Комплекс упражнений с элементами кинезиологии по теме «Времена года».

Осень

Осень, осень, Трем ладошки друг о друга.

Приходи! Зажимаем кулаки по очереди.

Осень, осень, Трем ладошки друг о друга.

Погляди! Ладони на щеки.

Листья желтые кружатся, Плавное движение ладонями.

Тихо на землю ложатся. Ладони гладят по коленям.

Солнце нас уже не греет, Сжимаем и разжимаем кулаки по очереди.

Ветер дует все сильнее, Синхронно наклоняем руки в разные стороны.

К югу полетели птицы, «Птица» из двух скрещенных рук.

Дождик к нам в окно стучится. Барабанить пальцами то по одной, то по другой ладони.

Шапки, куртки надеваем (Имитируем).

И ботинки обуваем (Топаем ногам).

Знаем месяцы: (Ладони стучат по коленям).

Сентябрь, и Октябрь, и Ноябрь. (Кулак, ребро, ладонь).

Урожай

Овощи растут на грядке. *(Скрестить пальцы на двух руках, по очереди поднимать пальцы).*

Посчитай их по порядку: *(Соединить по очереди пальцы на двух руках).*

Капуста, перец, огурец, *(Кулак, ребро, ладонь).*

Я сегодня молодец. *(Гладим себя по груди).*

На грядке овощи растут, *(Скрестить пальцы на двух руках, по очереди поднимать пальцы).*

Что же мы увидим тут? *(Соединить по очереди пальцы на двух руках).*

Картофель, помидор, морковь, *(Кулак, ребро, ладонь).*

Мы себя похвалим вновь. *(Гладим себя по груди).*

Грибы да ягоды

Я в лесу нашел грибок.

Я сорвать его не смог: *Ладонь одной руки лежит на кулаке другой (меняем).*

Дождь грибочек поливал, *Пальцы ласково глядят по щекам.*

И грибочек подрастал. *Руки сцепляем пальцами, постепенно увеличивая круг.*

(Называем грибы.)

Ягодка росла в лесу.

Я домой ее несу. *Кулак одной руки лежит на ладони другой (меняем).*

Солнце ягодку согрело, *Пальцы ласково гладят по щекам.*

Наша ягодка поспела. *Делаем круги, соединяя по очереди все пальцы с большим, одновременно на двух руках.*

(Называем ягоды).

Зима

Пришла зима, *Трем ладошки друг о друга.*

Принесла мороз. *Пальцами массируем плечи, предплечья.*

Пришла зима, *Трем ладошки друг о друга.*

Замерзает нос. *Ладошкой массируем кончик носа.*

Снег, *Плавные движения ладонями.*

Сугробы, *Кулаки стучат по коленям попеременно.*

Гололед. *Ладони шоркают по коленям разнонаправлено.*

Все на улицу — вперед! *Одна рука на колени ладонью, вторая рука согнута в локте, кулак (меняем).*

Теплые штаны наденем, *Ладонями проводим по ногам.*

Шапку, шубу, валенки. *Ладонями проводим по голове, по рукам, топаем ногами.*

Руки в варежках согреем *Круговые движения ладонями одной руки вокруг другой ладони.*

И завяжем шарфики. *Ладони прикладываем друг на друга к основанию шеи.*

Зимний месяц называй! *Ладони стучат по коленям.*

Декабрь, Январь, Февраль. *Кулак, ребро, ладонь.*