**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**ДЕТСКИЙ САД №30 «ЗОРЕНЬКА»**

**УТВЕРЖДАЮ**

**Заведующий МБДОУ д/с № 30**

**«Зоренька»**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_И.Г. Афанасова**

**План самообразования**

**педагога – психолога Норик М.Л.**

**«Развитие детей методом кинезиологии»**

**на 2021 -2022 г.**

**2021 – 2022 гг**

Образовательная кинезиология (разработчик Пол Денисон) – это новый метод по эффективному развитию и обучению детей. Теоретические исследования методики основаны на понимании того, что психомоторное развитие, лингвистическая осведомленность и учебные достижения взаимосвязаны. Важное значение в современном становлении осмысленной учебной деятельности в ее эффективном развитии имеет состояние психомоторного статуса детей и предупреждение его отклонений в процессе обучения. Особенно нужно обеспечить интегрированную работу полушарий головного мозга и интеграцию в систему – глаз – рука.

Образовательная кинезиология дает возможность переобучения системы (тело – интеллект) правильным схемам (образам) поведения (обучения). Проект нацелен на понимание теоретических основ и на овладение специальными простыми техниками и упражнениями по кинетической интеграции, которая обеспечит выработку, развитие и поддержку правильных психомоторных учебных действий в течение всего процесса обучения. Такой подход предупреждает отклонения в психомоторном развитии ребенка, что позволяет решать проблемы дезадаптации и успешности в обучении у детей, повысить эффективность процесса воспитания и обучения педагогом.

**Кинезиология** – наука о развитии головного мозга через движение.

 Известно, что старение организма начинается со старения мозга. Поддерживая мозг  в состоянии молодости, мы не позволяем стариться всему телу.

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

 По исследованиям физиологов **правое полушарие головного мозга** – гуманитарное, образное, творческое – отвечает за тело, координацию движений, пространственное зрительное и кинестетическое восприятие. **Левое полушарие головного мозга** – математическое, знаковое, речевое, логическое, аналитическое – отвечает за восприятие  слуховой информации, постановку целей и построений программ. Единство мозга складывается из деятельности двух полушарий, тесно связанных между собой системой нервных волокон (мозолистое тело).

 **Мозолистое тело** необходимо для координации работы мозга и передачи информации из одного полушария в другое.

 Нарушение мозолистого тела искажает познавательную деятельность детей. Если нарушается проводимость через мозолистое тело, то ведущее полушарие берет на себя большую нагрузку, а другое блокируется. Оба полушария начинают работать без связи. Нарушаются пространственная ориентация, адекватное эмоциональное реагирование, координация работы зрительного и аудиального восприятия с работой пишущей руки. Ребенок в таком состоянии не может читать и писать, воспринимая информацию на слух или глазами.

 Значительную часть коры больших полушарий мозга человека занимают клетки, связанные с деятельностью кисти рук, в особенности ее большого пальца, который, у человека противопоставлен всем остальным пальцам.

При подготовке детей к школе необходимо большое внимание уделять развитию мозолистого тела. Основное развитие межполушарных связей формируется у девочек до 7-ми лет у мальчиков до 8-ми – 8,5 лет. Совершенствование интеллектуальных и мыслительных процессов необходимо начинать с развития движений пальцев и тела. Развивающая работа должна быть направлена от движений к мышлению, а не наоборот. Для успешного обучения и развития ребенка в школе одним из основных условий является полноценное развитие в дошкольном детстве мозолистого тела. Мозолистое тело (межполушарное взаимодействие) можно развить через кинезиологические упражнения.

**Цели программы:**  Активизация  различных отделов коры головного мозга, ее больших полушарий, развитие межполушарного взаимодействия, улучшение мыслительной деятельности, синхронизация работы полушарий

**Задачи программы:**

**Для детей:**

1. Оптимизация деятельности мозга.
2. Гармоничное развитие двухполушарного мышления.
3. Развитие интеллектуальных и творческих способностей.
4. Развитие способностей к обучению и усвоению информации.
5. Восстановление работоспособности и продуктивности.
6. Снятие стресса, нервного напряжения, усталости.
7. Профилактика дислексии и дисграфии.

**Для родителей:**

1. Познакомить родителей (законных представителей) с современными кинезиологическим методиками, их целями и задачами.
2. Научить родителей (законных представителей) применять эти методики на практике.

 **Перспективно – тематический план кинезиологических упражнений на 2021-2022 уч. год**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Основные направления** | **Месяц учебного года** | **Месяц учебного года** | **Месяц учебного года** | **Месяц учебного года** | **Месяц учебного года** |
| **октябрь** | **ноябрь** | **декабрь** | **январь** | **февраль** |
| 1 | Формирование пространственных представлений | Д/и «Карточки»Д/у «Подними правую (левую) руку»Д/у «Возьми предмет» | Д/и «Мое место»Д/у «Где находится предмет» | Д/и «Холодно-горячо»Д/у «Задания» | Д/и «Лабиринт»Д/у «Задания» | Д/и «Осьминожки»Д/и «Клад» |
| 2 | Межполушарное взаимодействие | «Кулак-ребро-ладонь»«Ухо – нос» | «Кулак-ребро-ладонь» «Клешня краба» | «Рисующий слон»«Замок» | «Зеркальное рисование»«Ухо – нос» | «Лягушка»«Носик – художник» |
| 3 | Общая моторика и развитие саматогностических функций | «Растяжки по «осям» (верх-низ) | «Растяжки по осям»(лево – право) | «Растяжки по осям»(перекрестные) | «Растяжки по осям»(все вместе) | «Дерево» |
| 4 | Самомас.лица | Самомас. рук | Самомас. ушей | Самомас. ног | Самомас. тела | Самомас. тела |
| 5 | Перекрестные движения | «Горизонтальная восьмерка» | «Перекрестные движения»Выполнять перекрестные скоординированные движения одновременно правой рукой и левой ногой (вперед, в сторону, назад) | «Ползание на четвереньках, руки – крест – на крест» | Ходьба с похлопыванием себя по коленям, левой по правому, правой по левому | Лежа на полу коснуться локтем колена;левым правой ноги, правым – левой ноги |
| 6 | Артикуляционная моторика | Движения челюстью в разных направлениях | Движения языком, как щелканье, цоканье, посвистывание | Движения языком в определен ной последовательности | «Ползание на четвереньках, руки – крест – на крест»Движения рук совмещать с движения ми  языка.Язык двигается за рукой | «Ползание на четвереньках, руки – крест – на крест»Движения рук совмещать с движения ми  языка.Язык двигается в противоположную стророну» |
| 7 | Мимические движения | «Рожицы»Вытягиваем губы трубочкой | «Рожицы»Широко открываем рот | «Рожицы»Выдвигаем язык | «Рожицы»Хмурое сдвигание бровей | «Рожицы»Улыбка |
| 8 | Мелкая моторика | Раскатывать на доске маленький комочек пластилина   по очереди пальцами левой руки.«Пальчики здороваются»«Зайчик –кольцо»«Колечки»«Колечки с усложнением» | Брать пальцами правой руки спички из коробка и складывать их рядом, не сдвигая руку с места. Убрать спички в коробку.«Поклон пальчиками»«Карандаши»«Цветок» | Брать пальцами левой руки спички из коробка и складывать их рядом, не сдвигая руку с места .Убрать спички в коробку.«Заяц – коза»«Слоник»«Тяни- толкай» | Отщипывание кончиками пальцев клочков бумаги. «Замок»«Бусинка» | Нанизывание бус.«Змейки»«Братцы»«Обратные колечки» |
| 9 | Тактильный гнозис | «Найди, из чего сделано»Ощупать три – пять игрушек, определить материал, из которого она сделана | «Пальчиковый бассейн»В коробку с фасолью поместить мелкие игрушки, ребенок должен их найти, ощупать и узнать | «Волшебный мешочек»На ощупь  угадать бытовые предметы (карандаш, монета, кольцо и т.д.) | «Волшебный мешочек»На ощупь  угадать мелкие игрушки | «Волшебный мешочек»На ощупь  угадатьгеометрические фигуры различной величины и фактуры (из бархатной бумаги, наждачной бумаги, плотной фольги) |
| 10 | Зеркальное рисование | Вращать  обеими кистями рук до и против часовой стрелки (однонаправленно) | Вращать  обеими кистями рук до и против часовой стрелки (разнонаправленно) | «Горизонтальная восьмерка»Нарисовать в горизонталь ной плоскости цифру 8 сначала одной рукой, потом обеими руками вместе | Рисовать одновременно двумя руками зеркально- симметричные рисунки | Рисовать одновременно двумя руками буквы |
| 11 | Симметричное рисование | Рисование одновременно двумя руками  по прописям для левшей и правшей  | Рисование одновременно двумя руками  по прописям для левшей и правшей  | Рисование одновременно двумя руками  по прописям для левшей и правшей  | Рисование одновременно двумя руками  по прописям для левшей и правшей  | Рисование одновременно двумя руками  по прописям для левшей и правшей  |
| 12 | Зрительное восприятие и глазодвигательные упражнения | Следить глазами за движениями пальцев по траектории горизонтальной восьмерки хорошо высунутым изо рта языком | Следить глазами по контуру воображаемой фигуры                          (круг, квадрат, треугольник, цифры и т.д) | Совместные движения глаз и языка. Однонаправленные движения | Совместные движения глаз и языка.Разнонаправленные  движения | С закрытыми глазами опознавать небольшой предмет, данный в руку |

**Кинезиологические упражнения** помогают развивать тело, повышать стрессоустойчивость организма, синхронизировать работу полушарий, улучшать мыслительную деятельность, улучшать память и внимание, развивать творческую деятельность ребенка. Ребенок овладевает умениями, которые ранее были недоступны ему. Такие задания не только развивают детей, но и веселят их, доставляя им удовольствие.

Они помогают предупредить возникновение простудных заболеваний, повышают общий жизненный тонус, укрепляют психофизиологическое **здоровье детей**, а в целом обеспечивается полноценное и гармоничное развитие дошкольников.

 **Использованная литература:**

1 Аршавский И.А. Физиологические механизмы и закономерности индивидуального развития. - М., 1985

2 Афонькин С.Ю., Рузина М.С. Страна пальчиковых игр. - СПб., 1997

3 Гордеев В.И., Александрович Ю.С. Методы исследования развития ребенка: качество жизни (QOL) – новый инструмент оценки развития детей. – СПб.: Речь, 2001

4 Данилова Н.Н., Крылова А.Л. Физиология высшей нервной деятельности - М., 1989

5 Лютова Е.К., Монина Г.Б. Шпаргалка для взрослых. – СПб.: Речь, 2002

6 Рузина М.С. Пальчиковые и телесные игры для малышей – СПб.: Речь, 2003

7 Симонов П.В., Ершов П.М. Темперамент, характер, личность – М.: Наука, 1984

8 Сиротюк А.Л. Обучение детей с учетом психофизиологии: Практическое руководство для учителей и родителей. – М.: Сфера, 2001

9Стамбулова Н.Б. Опыт использования специальных физических упражнений для

развития некоторых психических процессов у младших школьников – М., 1977

10 Сухомлинский В.А Самый отстающий в классе…// Воспитание школьников – М., 1991

11 Хризман Т.П. Развитие функций детского мозга – Л., 1978

12 Цвынтарный В.В. Играем пальчиками и развиваем речь. СПб., 1996

13 Шанина Г.Е Упражнения специального кинезиологического комплекса для восстановления межполушарного взаимодействия у детей и подростков: Учебное пособие – М., 1999