**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**города Керчи Республики Крым**

**«Детский сад комбинированного вида №51 «Журавушка»**

**Кинезиология  в работе с детьми с ОВЗ**

**Воспитатель:**

**Харченко Е.М.**

**Керчь, 2024**

**Кинезиология  в работе с детьми с ОВЗ**

В современном мире ребенок должен быть готов воспринимать большой объем информации, ориентироваться в нем и постараться стать успешным. Поэтому и необходимыми становятся не сами знания, а умение учиться, развивать личность через формирование универсальных учебных действий. В последнее же время отмечается увеличение количества детей с ОВЗ.

Дети с ОВЗ часто имеют слаборазвитую мелкую моторику, у них проявляется мышечная зажатость, напряжение или наоборот, слабый мышечный тонус. Дети моторно неловки. Часто детям с ОВЗ свойственны затруднения в формировании навыков социальной коммуникации, недостаточный запас знаний и представлений об окружающем. У таких детей пониженная познавательная и речевая активность, замедленный темп формирования высших психических функций, слабость регуляции произвольной деятельности.

Использование новых информационных технологий позволяет, с одной стороны повысить эффективность коррекционно-образовательного процесса, с другой - в большей степени применить индивидуальный подход в процессе обучения и воспитания.

Одним из актуальных направлений внедрения инновационных технологий в коррекционный процесс является использование кинезиологии. Она позволяет привнести восстановление работоспособности и продуктивности в непосредственно образовательную деятельность.

**Образовательная кинезиология**представляет собой учение о развитии человека через естественные физические движения. Это направление предлагает специально организованные движения, оптимизирующие деятельность мозга и тела для развития гармоничного опыта учения и творческой самореализации личности.

         Данное направление развивает и восстанавливает природные уникальные возможности человека, его индивидуальные способности, позволяют сформировать навыки самопомощи и самокоррекции в учебной и повседневной жизни детей и взрослых.

В рамках этого направления разработана **программа «Гимнастика мозга».** Автором программы является американский педагог, доктор наук Пол Деннисон. Многолетняя практика применения методики показала, что достигается полное устранение или значительное исправление хронических стрессовых состояний, нарушение зрения, слуха, координации движений, снижение проблем речевого развития.

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. При подготовке детей к школе необходимо большое внимание уделять развитию мозолистого тела. Мозолистое тело (межполушарное взаимодействие) можно развить через кинезиологические упражнения.

**Кинезиологические упражнения** – это комплекс движений, позволяющих активизировать межполушарное воздействие, они развивают мозолистое тело, повышают стрессоустойчивость, синхронизируют работу полушарий, улучшают мыслительную деятельность, способствуют улучшению памяти и внимания, облегчают процесс чтения и письма.

Уделяется внимание таким упражнениям, в которых используются одновременные разнотипные движения рук. Эффект артикуляционной гимнастики усиливается, если она сочетается с кинезиологическими  упражнениями под счет, под музыку, с хлопками, с движениями рук (попеременно каждой рукой и  двумя руками вместе, с движением глаз).

Упражнения можно проводить комплексом, и по отдельности:

-перед организованной деятельностью

-на утренней гимнастике

-на физкультурном занятии

-во время гимнастики пробуждения

-на индивидуальном занятии

-во время прогулок

-при смене деятельности и другое.

Важно соблюдать следующие требования:

-соблюдение гигиенических требований

-создание доверительных отношений с ребенком

-игровой характер используемых упражнений

-желательно использование музыкального сопровождения

-использование атрибутики (карточки, картинки, игрушки, костюмы).

**Упражнения гимнастики мозга включают в себя**

**Растягивающие упражнения:**

***«Икроножная помпа».*** Помогает растягивать икроножные мышцы, которые сокращаются в состоянии стресса, восстанавливать естественную длину; активизирует мозга для интеграции передних и задних отделов мозга, для развития выразительной речи и языковых способностей, повышает мотивацию к интеллектуальной деятельности.

***«Заземлитель****».* Снимает напряжение поясничных мышц, нормализует дыхание, активизирует кратковременную память.

***«Активация руки».*** Расслабляет пальцы, способствует снятию напряжения.

***«Сова».*** Помогает снять усталость глаз, снимает челюстные зажимы, стимулирует внутреннюю речь, улучшает навыки чтения, слушания, письма, речи.

**Упражнения, углубляющие позитивное отношение:**

*«Думающий колпак».* Активизирует работу памяти.

*«Крюки».* Способствует снижению уровня напряжения, тревожности, помогает сосредоточиться.

**Энергетизирующие упражнения:**

***«Вода».***Повышает уровень кислорода, активизирует мозг для накопления и оживления информации.

***«Кнопки мозга****».* Подготовка мозга к восприятию сенсорной информации, улучшение координации «глаз-рука».

***«Кнопки космоса****».* Усиление концентрации внимания.

***«Кнопки земли****».* Улучшает понимание получаемой информации.

***«Энергетическая зевота».*** Повышение циркуляции крови в мозге, стимуляция работы всего тела, улучшение зрительного внимания и восприятия.

**Упражнения, пересекающие среднюю линию:**

***«Ленивые восьмерки».*** Интеграция работы правого и левого полушарий мозга, стимулирует желание фантазировать и активно творить.

***«Двойные рисунки».*** Активизация мозга для координации «руки-глаза» в разных зрительных полях, помогает быстрее запоминать слова, читать, выполнять письменные задания.

***«Слон».*** Расслабляет шею и глаза, улучшает запоминание.

***«Перекрестные шаги».*** Интеграция работы двух полушарий, делает более успешными приобретение навыков чтения, усвоения новой информации.

***«Вращение шеей».*** Расслабление шеи, снятие напряжения.

***«Брюшное дыхание****».* Расслабляет шею и глаза, улучшает запоминание, собранность при слушании.

**Кинезиологические упражнения для развития мелкой моторики** играют очень важную роль для детей с речевыми нарушениями и с ОВЗ. Они улучшают работу мозга, синхронизируют работу полушарий, способствуют улучшению запоминания, повышают устойчивость внимания.

***«Колечко».*** Поочередно соединять с большим пальцем другие. От указательного к мизинцу и обратно. Вначале каждой рукой отдельно, затем вместе.

***«Лягушка»****.* Поочередно одна рука сжимается в кулак, а другая ладонью на столе. Происходит смена положения рук.

***«Лезгинка****».*Левая рука сжата в кулак, большой палец – в сторону, другая рука горизонтально касается ребра левой руки, положение рук меняется.

***«Ухо-нос».*** Левая рука держит кончик носа, правая – мочку левого уха. Менять положение  рук.

Итак, можно сделать вывод, что применение кинезиологических приемов оказывают большое влияние на развитие ребенка с речевыми нарушениями и с ОВЗ. Под влиянием этих приемов происходит развитие умственных способностей, укрепление физического здоровья;

 улучшение  памяти ребенка, развитие внимания, развитие пространственных представлений, развитие мелкой  и крупной моторики, снижение  утомляемости, повышение способности к произвольному контролю, расширение зрительных горизонтов, развитие  творческого воображения и целостного восприятия, значительно улучшается состояние здоровья в целом, повышается двигательная активность, звукопроизношение.