Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад №11 «Родничок» города Кашин

**Опыт работы**

*«****Использование кинезиологических упражнений в работе с детьми по развитию речи дошкольников»***



**Рахманова Наталья Борисовна**

**Воспитатель МБДОУ Детского сада №11 «Родничок»**

2021 год

**Слайд 1.**

Тема моего опыта «Использование кинезиологических упражнений в работе по развитию речи дошкольников».

**Слайд 2. Актуальность**

Эффективность развития связной речи ребенка возрастет, если в качестве средств обучения  выступает  комплекс кинезиологических упражнений.

На современном этапе развития общества происходят изменения и в системе дошкольного образования. В условиях реализации Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования, становится актуальным поиск альтернативных форм и методов работы с детьми. Развитие речи является одним из главных направлений работы с дошкольниками. Одним из  таких является кинезиологический метод.

Речь – это не прирожденный дар. Все начинается с детства. Хорошо развитая речь – важнейшее условие всестороннего полноценного развития детей. Речевые способности ребенка зависят не только от артикуляционного аппарата, но и от движения рук. Тренировка пальцев рук влияет на созревание речевой функции. Если у малыша ловкие, подвижные пальчики, то и говорить он научится без особого труда, речь будет развиваться правильно.

**Слайд 3. Проблема.**

Практика показывает, что у детей имеется отставание в речевом развитии. Большинство дошкольников плохо говорят, не проговаривают слова и звуки. Я поставила перед собой задачу поиска эффективных форм и приемов профилактики и укрепления здоровья детей. Развивающая работа должна быть направлена от движения к мышлению. Кинезиологические упражнения являются одним из перспективных средств такого развития.

**Слайд 4.** Исходя из проблемы, я поставила перед собой **цель:** **Развитие речи детей дошкольного возраста через применение метода кинезиологии.**

**Слайд 5 .** Определила следующие **задачи:**

* *Осуществить анализ психолого - педагогической литературы с кинезиологическими упражнениями;*
* *Пополнить предметно - развивающую среду картотеками «Кинезиологические упражнения» и «Развивающие кинезиологические упражнения с речевым сопровождением»;*
* *Отобрать и адаптировать к детям своей группы систему методов работы по кинезиологии;*
* *Определить место и время их применения в образовательном процессе.*

**Слайд 6. Я узнала «Что такое кинезиология»?**

**Кинезиология** - наука о развитии умственных способностей и физического здоровья через определенные двигательные упражнения.

«Кинезиология» (греч. слово) ,

«кинезис» - движение;

«логос» - наука.

**Слайд 7.** Познакомившись с книгами Т. Т. Хризман и В. Д. Еремеевой *«*Мальчики и девочки. Два разных мира», Сиротюк А. Л. *«*Коррекция развития интеллекта дошкольников*»* и др., я нашла подтверждение тому, что используемые мной игры и упражнения – ценнейший инструмент в развитии дошкольников. Я поняла, что под влиянием кинезиологических тренировок в организме происходят положительные структурные изменения.

**Слайд 8.** Изучив подобранную литературу, разработала картотеку кинезиологических упражнений и комплекс кинезиологических упражнений с речевым сопровождением.

**Слайд 9.** По мнению учёных, кинезиологические упражнения необходимо проводить ежедневно. Обучение я начала с детьми 1 младшей группы. Вначале это были пальчиковые игры, которые я разучивала с детьми по принципу: от простого к сложному.

После того как дети научились выполнять пальчиковые игры, с четырёх лет давала комплекс пальчиковых кинезиологичеких упражнений. Постепенно от занятия к занятию увеличивала время и сложность игровых упражнений. Учила выполнять движения сначала правой рукой, затем левой, затем двумя руками вместе. При затруднениях я предлагаю ребенку помогать себе командами («заяц-коза-вилка»), произносимыми вслух или про себя. При этом контролирую точное выполнения  **упражнений,**  которые могут проводиться стоя или сидя за столом.

**Слайд 10** . Для эффективной результативности работыя учитывала определенные **условия:**

- Упражнения проводятся утром.

- Упражнения проводятся ежедневно, без пропусков.

- Упражнения проводятся в доброжелательной обстановке.

- Упражнения проводятся стоя, в ходьбе и сидя за столом

-От детей требуется точное выполнение движений и приемов.

**Слайд 11.** В своей работе я использую следующие **методы и приемы.**

1**. Растяжки**.

2. **Дыхательные упражнения**.

3. **Глазодвигательные упражнения**.

4. **Упражнение для развития мелкой моторики.**

5. **Упражнения на релаксацию**.

**Слайд 12- 13.**

**Растяжки -** нормализуют гипертонус и гипотонус мышц опорно-двигательного аппарата.

**«Снеговик»** Предлагаю детям представить, что каждый из них только что слепленный снеговик. Тело твердое, 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 ребенок мягко падает на пол и изображает лужицу воды. Необходимо расслабиться. Пригрело солнышко, вода в лужице стала испаряться и превратилась в легкое облачко. Дует ветер и гонит облачко по небу.

***«Тряпичная кукла и солдат»***

Исходное положение - стоя. Предлагаю детям выпрямиться и вытянться в «струнку» как солдат. Застыньте в этой позе, как будто вы одеревенели, и не двигайтесь. Теперь наклонитесь вперед и расставьте руки, чтобы они болтались как тряпки. Станьте такими же мягкими и подвижными, как тряпичная кукла. Слегка согните колени и почувствуйте, как ваши кости становятся мягкими, а суставы очень подвижными. Теперь снова покажите солдата, вытянутого в «струнку» и абсолютно прямого и негнущегося, как будто вырезанного из дерева. Дети попеременно бывают то солдатом, то куклой, до тех пор пока вы не почувствуете, что они уже вполне расслабились.

***«Дерево»***

Исходное положение - сидя на корточках. Спрятать голову в колени, обхватить их руками. Представьте, что вы - семечко, которое постепенно прорастает и превращается в дерево. Медленно поднимитесь на ноги, затем распрямите туловище, вытяните руки вверх. Затем напрягите тело и вытянитесь. Подул ветер – вы раскачиваетесь, как дерево.

**Слайд 14 - 15. Дыхательные упражнения** – улучшают ритмику.

**«Сдуй снежинку**»- упражнение выполняется стоя, предлагаю детям сделать глубокий вдох и постарайтесь одним выдохом отправить снежинку летать.

**«Горячий чай» Сидя за столом, представьте, что перед вами стоит чашка с горячим чаем. Сделайте глубокий вдох и постарайтесь одним выдохом остудить чай.**

**«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.**

**«Шторм»- упражнение выполняется сидя за столом:** сделать глубокий вдох и подуть через трубочку в стакан с водой.

**Глазодвигательные упражнения** – позволяют расширить поле зрения, улучшить восприятие, развивают межполушарное взаимодействие и повышают энергетизацию организма.

**Слайд 16. Упражнение для развития мелкой моторики** – стимулируют речевые зоны головного мозга.

**Слайд 17**. **Упражнения на релаксацию** – способствуют расслаблению, снятию напряжения.

**Слайд18. Использование кинезиологических упражнений**оказывает положительный эффект на детей с эмоционально - личностными и поведенческимиособенностями: улучшает речь, память, внимание, моторику, снижает утомляемость, активизируются познавательные способности, повышает интеллектуальные способности.

**Слайд 19 - 20. Развивающие кинезиологические упражнения** с речевым сопровождением. Большую часть материала предлагаю детям в стихотворной форме. Ритм стихов**,**способствует развитию речевого дыхания, координации и произвольной моторики, речеслуховой памяти.

***«Улитка»*.**

К нам улитка приползала.

Свои рожки выставляла.

По тропинке проползла,

На листочке тлю нашла.

К ней сестричка подползала,

Свои рожки выставляла.

На листочек заползла,

Угощенье приняла.

***«Колечко»*- *«Ежик»*.Упражнение**проводится с использованием тренажера су-джок. Поочередно и как можно быстрее перебирать пальцы рук, держа при этом су-джок шарик. Соединяя в кольцо с большим пальцем плавно и поочередно последовательно указательный, средний и т. д. Проба выполняется в прямом *(*от указательного пальца к мизинцу) и в обратном (от мизинца к указательномупальцу*)* порядке. Вначале **упражнение** выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе.

На пенечке Еж сидит,

На меня он не глядит. *(*кругообразные движения по ладошке*)*

Он иголки выпускает, *(*поочередно перебирать пальцы рук на су-джоке*)*

Большой- указательный,

Большой- средний,

Большой- безымянный,

Большой- мизинец…

Никого не подпускает.

По тропинке убегает *(раскатывание шарика между ладонями)*

След от лапок оставляет *(поочередное сжимание су-джока в руке)*.

**Слайд 21 - 22. Кинезиологические физминутки.**

***«*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 меняется смена правой и левой рук в течение 6—8 смен позиций. Добиваться высокой скорости смены положений.

**«Дорожка»**  
Соединять большой палец левой руки и указательный палец правой руки, большой палец правой руки указательный палец левой руки, и менять местами указательные и большие пальцы.

**«Знакомство»**  
Соединяем все пальчики, ладошки положить друг к другу. Большой палец правой руки с большим пальцем левой руки, указательный палец правой руки с указательным пальцем левой руки и т.д. поочередно, начиная с большого пальца разводим и соединяем пальчики.

**«Разные колечки»**  
Поочередно, соединять в кольцо на правой руке большой палец и указательный, на левой руке большой палец и мизинец. Одновременно меняем положение пальцев на правой и левой руке.

**«Кулак – ребро - ладонь»-** последовательно менять три положения: сжатая в кулак ладонь, ладонь ребром на плоскости стола, ладонь на плоскости стола *(сначала правой рукой, потом левой, затем двумя руками вместе)*.  
Выполняя кинезиологические упражнения - «Кулак – ребро - ладонь», «Дорожка», «Лезгинка», «Разные колечки» и др., у детей развиваются умственные способности и укрепляется физическое здоровье. Они позволяют активизировать различные отделы коры больших полушарий головного мозга, что способствует развитию и коррекции проблем психики, мышления, речевого развития.

**Слайд 23.** Элементы **кинезиологических упражнений можно использовать при выполнении с детьми** пальчиковой гимнастики, физкультминуток.Когда дети освоили достаточное количество **кинезиологических упражнений можно использовать сказки.** Этот прием позволяет заинтересовать детей, поддерживает их интерес к **упражнениям.**

**Кинезиологическая сказка *«Два котенка»*.***(*способ организации детей – сидя за стола*ми)*

Жил-был на свете белый, пушистый котенок по имени Снежок *(*дети показываютправый кулачок*)*.

Он очень любил прогуливаться по своему саду (выполнение **упражнения***«*Лягушка*»* со словами: *«***Кулачок-ладошка** , так гуляет кошка»).

В саду росли высокие деревья *(*руки вверх, развести пальцы в стороны*)* и низкие кустарники *(*кисти рук стоят на столе, пальцы разведены в стороны*)*.

И вот однажды, Снежок вышел из своего дома, прогуляться (выполнение **упражнения***«*Лягушка*»*правой рукой со словами: *«***Кулачок-ладошка**, такгуляет кошка*»*) и увидел, что на полянке бегает черный котенок (выполнение **упражнения***«*Лягушка*»* левой рукой со словами).

Он быстро помчался к нему, чтобы познакомиться (выполнение **упражнения***«*Лягушка*»* в быстром темпе).

Котенка звали Уголек. Они подружились и стали бегать друг за другом (выполнение **упражнения***«*Лягушка*»* с одновременной сменой позиции).

И тут Снежок нашел на траве кольцо (**упражнение***«*Кольцо*»*: поочередно, соединяя в кольцо большой палец с последующими ,со словами: «Раз, два, три, четыре, пять *–* весело колечко будем примерять*!»*, он стал примерять его на правую лапку, а затем на левую, но колечко оказалось ему велико.

Тогда Уголек стал его примерять (**Упражнение***«*Кольцо*»*: из большого и указательного пальцев правой руки делаем колечко и начинаем его нанизывать , не размыкая пальцы на каждый палец левой руки со словами: «Мизинец , безымянный, средний, указательный, большой – ой, ой, ой!»).

И тут кольцо упало и покатилось по тропинке – котята за ним (**упражнение***«*Лягушка*»*).

И привела их тропинка к пруду, на котором сидела лягушка и громко плакала, от того, что ей было грустно одной.

Котята решили ее развеселить и показали ей интересную игру (**упражнение***«*Ладушки - оладушки*»*: правая рука лежит ладонью вниз, а левая – ладонью вверх ; одновременная смена позиции со словами: «Мы играли в ладушки – жарили оладушки , так пожарим, повернем и опять играть начнем»). Но лягушка не- стала веселей, тогда котята предложили ей станцевать (**упражнение***«Лезгинка»*: левую руку сложить в кулак, большой палец отставить в сторону, кулак развернуть пальцами к себе. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикоснуться к мизинцу левой. После одновременно сменить положение правой и левой рук ; ускоряя скорость).

Лягушка развеселилась и поблагодарила котят. А потом сказала , что темнеет, приближается ночь и ей пора в пруд (**упражнение***«*Лягушка*»*: смена трех положений руки кулак - ребро-ладонь, со словами: *«*Лягушка хочет в пруд , лягушке страшно тут!»).

Котята попрощались с ней и тоже отправились домой (**упражнение***«*Лягушка*»*).

По дороге они наблюдали, как на небе мерцают звезды (**упражнение***«*Звездочки*»*: правая ладонь пальцы в кулак, левая – пальцы в стороны – смена позиций).

Вот они и дошли до дома , уставшие они улеглись на коврике *(*вытянуть пальцы из кулачка*)* и уснули.

**Слайд 24.Результат.** Проведя целенаправленную работу по развитию межполушарного взаимодействия с детьми, я могу сказать, что кинезиологические упражнения благотворно влияют не только на работу мозга, но и всего организма в целом. Они не требуют какой-то определенной подготовки, как от педагога, так и от детей. На мой взгляд, видны следующие **результаты:**

• снизилась тревожность, дети стали спокойнее и увереннее;

• улучшились навыки самообслуживания;

• развивается устная речь;

• формируется логическое мышление;

• улучшаются коммуникативные навыки;

• улучшаются внимание, память, воображение.

**Слайд 25. Перспектив.**

В перспективе планирую продолжить работу по данной теме, для подготовки детей к школьному обучению.

**Слайд 26. Спасибо за внимание.**