

# **Занимательная кинезиология**



**Новикова**



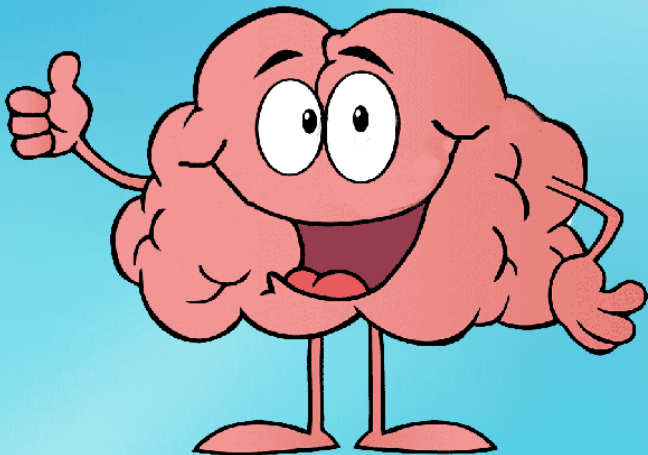
**Ирина Александровна**

Педагог-психолог

МАДОУ «Детский сад №25»

городской округ Верхний Тагил

Мозг человека представляет собой содружество функционально ассиметричных полушарий – левого и правого, каждое из которых – не зеркальное отображение другого, а необходимое дополнение.



# Левое

## Сознательное

## Бессознательное

# Правое

Абстрактное мышление

Конкретное мышление

Аналитическое мышление

Синтетическое мышление

Обоняние слева

Обоняние справа

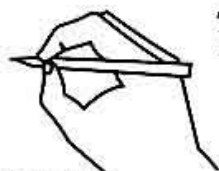
Математические вычисления

$2+2=4$

Если  
 $A=B$   
 $B=C$

Образная память

Письменная речь



Ритм



Восприятие музыки и интонация

ОСНОВНОЙ ЦЕНТР РЕЧИ

Правая рука

СТЕРЕОГНОЗ

СТЕРЕОГНОЗ

Левая рука

Слух справа

Речь

СЧЕТ

Правый глаз



Чтение и письмо



Слух слева



Левый глаз

Пространственные конструкции

Элементарное понимание речи

Невербальное мышление

Правая половина зрительного поля

Ориентировка в пространстве

Левая половина зрительного поля

Двигательная сфера

Чувственная сфера

Кинезиологические упражнения развивают умственные способности и физическое здоровье ребенка, а так же позволяют развивать способности или корректировать проблемы в различных областях психики.



# Рекомендации по выполнению кинезиологических упражнений

- Основным требованием является ТОЧНОЕ выполнение движений и приёмов. Работа проводится как левой и правой рукой поочерёдно, так и согласованная работа обеих рук одновременно.
- Продолжительность занятий зависит от возраста и может составлять от 5 до 20 минут в день. **Заниматься необходимо ежедневно.**
- Такие упражнения дают как немедленный, так и накапливающийся эффект.

# Кулак-ладонь



# Колечки

Поочередно и быстро перебирайте пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т. д. Задание выполняется в прямом и в обратном порядке. Вначале упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе двумя руками.



## Кулак—ребро—ладонь

Три положения руки последовательно сменяют друг друга. Кулак, ладонь ребром, ладонь на плоскости. Выполняется сначала правой рукой, потом левой, затем — двумя руками вместе. Повторите по 8-10 раз.





# 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.



# 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.

Одновременно смените положение правой и левой рук. Повторите 6-8 раз.

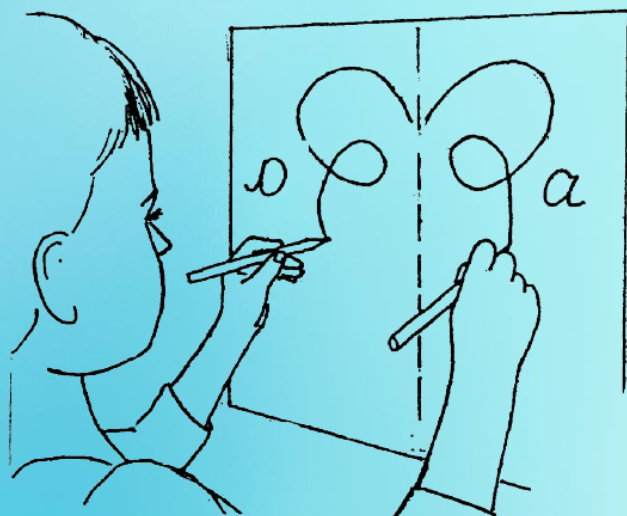
Добивайтесь высокой скорости смены положений.



# 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.



**Гимнастика мозга –  
ключ к развитию  
способностей  
вашего ребенка**

