

Кинезиологические упражнения как эффективное средство в развитии детей с тяжелыми нарушениями речи

Пономарева Н.В., воспитатель
Муниципального автономного дошкольного
образовательного учреждения
города Полярные Зори «Детский сад № 3»

Организация образовательной деятельности в группе комбинированной направленности для дошкольников с речевыми нарушениями требует от педагогов постоянного поиска новых методов и приемов работы с воспитанниками. При этом приоритетными являются те методы, которые обеспечивают комплексное воздействие на развитие дефицитных функций у ребенка с ТНР: недостаточное развитие мелкой моторики рук, повышенная утомляемость, низкая концентрация внимания, сниженная работоспособность, проблемы речевого развития. Кинезиологические упражнения отвечают всем этим требованиям.

Кинезиологические упражнения – это комплекс движений, позволяющих активизировать межполушарное взаимодействие. Цель кинезиологии: развитие межполушарного взаимодействия, способствующее активизации мыслительной деятельности.

Кинезиологические упражнения развивают мозолистое тело, повышают стрессоустойчивость, улучшают мыслительную деятельность, способствуют улучшению памяти и внимания. Под влиянием кинезиологических тренировок в организме происходят положительные структурные изменения. При этом, чем интенсивнее нагрузка, тем значительнее эти изменения. Данная методика позволяет выявить скрытые способности ребёнка и расширить границы возможностей его мозга.

Кинезиологические упражнения можно разделить на несколько основных типов:

- пальчиковые игры;
- растяжки для нормализации неконтролируемых чрезмерных мышечных напряжений и вялости;
- дыхательная гимнастика для улучшения ритмики организма, развития самоконтроля;
- специальные упражнения на движение глазных яблок для расширения поля зрения и улучшения восприятия графической информации в целом (глазодвигательная тренировка).

Также практикуются синхронные и несинхронные движения языка и глаз для еще лучшей активизации межполушарного взаимодействия и повышения общего жизненного

тонуса. Важны и релакс-упражнения, которые способствуют снятию напряжения и расслаблению.



В работе с дошкольниками кинезиологические упражнения эффективнее проводить в игровой форме. Каждое упражнение делается от 30 до 60 секунд. Движения, которые были сделаны для одной стороны тела, необходимо проделать и для другой стороны.

Результативность занятий зависит от систематической и кропотливой работы. С каждым днем упражнения могут усложняться, объем занятий увеличиваться, наращиваться темп выполнения заданий.

Для результативности коррекционно-развивающей работы необходимо учитывать определенные условия:

- занятия проводятся утром, ежедневно, без пропусков;
- занятия проводятся в доброжелательной обстановке;
- от детей требуется точное выполнение движений и приемов;
- упражнения проводятся стоя или сидя за столом;
- упражнения проводятся по специально разработанным комплексам;
- длительность занятий по одному комплексу составляет две недели.

Кинезиологические упражнения с младшими дошкольниками необходимо выполнять в медленном темпе от 3 до 5 раз сначала одной рукой, затем другой, а в завершение — двумя руками вместе. Указания ребенку должны быть спокойными, доброжелательными и четкими.

Продолжительность занятий с детьми среднего и старшего возраста — 10–15 мин. Все упражнения педагог должен выполнять вместе с детьми, постепенно от занятия к занятию увеличивая время и сложность.

Когда дети освоили достаточное количество кинезиологических упражнений, можно использовать сказки. Этот прием позволяет заинтересовать детей, поддерживает их интерес к упражнениям.

