

Консультация для педагогов

Подготовила учитель-логопед МБДОУ №296
Калашникова Оксана Евгеньевна

Как развить память у ребенка с помощью кинезиологических упражнений!

«Я бы в летчики пошел, пусть меня научат...», помните стихотворение Владимира Маяковского «Кем быть», где ребенок рассуждает о разных профессиях? Главная мысль – если захотеть, можно стать кем угодно.

Да, ребенок может научиться чему угодно. Но успех зависит от того, насколько его мозг готов воспринимать информацию к моменту обучения. Хотите, чтобы у вашего ребенка все пошло гладко с первых букв? Тогда читайте эту статью. Вы узнаете, как развить внимание и память у ребенка при помощи кинезиологических упражнений, чтобы учиться в школе было легко и в радость.

Что такое кинезиологические упражнения? Как вы знаете, наш мозг состоит из двух полушарий – левого и правого. Когда ребенок растет, его мозг развивается поэтапно, с каждым годом улучшая межполушарные связи. У детей до 5 лет за восприятие мира отвечает эмоциональное правое полушарие, а левое, логическое, с этого возраста только-только начинает подключаться, продолжая созревать до 18 лет.

Для обучения чтению и письму, как и другим наукам, нужно, чтобы у ребенка хорошо взаимодействовали между собой левое и правое полушария. Кинезиологические упражнения помогают синхронизировать работу полушарий через определенные физические действия (далее рассмотрим на примерах), в результате чего у ребенка улучшается внимание, память, пространственное мышление и речь.

Не пугайтесь, несмотря на столь необычное название, кинезиологические упражнения простые, веселые и эффективные и ребенок с удовольствием будет выполнять их вместе с вами.

Гимнастика для мозга

Сейчас будьте внимательны. После того как прочтете, сначала попробуйте выполнить сами каждое упражнение. Несмотря на простоту, с первого раза у вас может и не получиться. Вашему мозгу тоже нужно немного

попрактиковаться. Итак, приступаем к упражнениям. Будем двигаться от простого к более сложному.

Упражнение «Колечко»

Нужно всеми пальцами одной руки по очереди сложить колечко с большим пальцем. Попросите ребенка пройтись сначала в одну сторону, потом в другую. Чем быстрее будет получаться, тем лучше. Когда движения будут отработаны каждой рукой, можно усложнить задачу и делать двумя руками одновременно.

Упражнение «Зайчик и лисичка»

Суть упражнения в том, чтобы научиться складывать из пальцев зайчика и лисичку. Сначала покажите ребенку, как делать лисичку. Для этого необходимо соединить средний и безымянный пальцы с большим таким образом, чтобы получилось подобие вытянутой мордочки лисы. Получилось? Отлично, пусть отработает это движение, пока не начнет получаться без ошибок и быстро. То же самое сделайте и с зайцем. Затем скажите ребенку, что зверушки не должны встречаться, поэтому руки следует чередовать, показывая одной зайца, а другой лису.

Упражнение «Колечко-зайчик-цепочка»

Опять в работе пальчики. Ребенок уже может складывать зайчика и колечко, а цепочку сделать легко. Сначала покажите упражнение, затем попросите ребенка повторить. Пусть попеременно складывает колечко, зайчика и цепочку сначала одной рукой, потом другой, а затем обеими одновременно.

Упражнение «Танцующие пальчики»

Чтобы было веселее, можете включить ребенку любимую песенку. Затем хлопните в ладоши и покажите на одной руке мизинец, хлопните еще раз и покажите на другой руке указательный палец. Попросите ребенка повторить. Если хорошо получается, то усложните задачу и попросите его чередовать руки после каждого хлопка.

Упражнение «Червивое яблоко»

Попросите ребенка сжать кулачок и поднять большой палец. Да-да, сначала делаем «класс», потом прячем пальчик в кулак. Скажите ребенку, что кулак –

это яблоко, а большой пальчик – червячок, который то вылезает, то прячется обратно. А еще веселее будет, если начать чередовать движения и менять руки через хлопок, как в примерах выше.

Важно! Чем быстрее ребенок будет выполнять кинезиологические упражнения без ошибок, тем более заметным будет прогресс.

ГИПЕРАКТИВНОСТЬ

Диагноз **«синдром дефицита внимания с гиперактивностью»** ставится обычно с учётом трёх главных критериев: невнимательность, гиперактивность и импульсивность.

Если разбирать детально, то понятие **«невнимательность»** включает в себя:

- неспособность концентрировать внимание на деталях, что приводит к искажению информации в целом, обилию ошибок при выполнении какого-либо задания;
- отсутствие слухового восприятия. Родители подобных детей часто жалуются на то, что ребёнок их как будто не слышит, но всё дело в том, что он просто не может вникнуть в обращённую к нему речь;
- неумение доводить начатое дело до конца, работать, соблюдая определённые правила, опять же потому, что вникнуть в эти правила ребёнок не может;
- проблемы с организацией собственной деятельности. Ребёнку трудно настроиться на определённое занятие, обдумать и осуществить план работы;
- отказ от занятий, требующих продолжительного интеллектуального напряжения;
- забывчивость;
- частые потери вещей, сопутствующих предметов, игрушек, канцтоваров и т.п.

Далее остановимся на явлении **гиперактивности**. Для неё характерны следующие признаки:

- суетливость ребёнка, неумение спокойно сидеть, стоять, навязчивые движения рук, ног и т. п.;

- неумение заниматься каким-либо определённым делом. Во время занятий в школе или в детском саду ребёнок может без спроса покинуть своё место, увлечшись чем-то другим;
- бесцельность двигательной активности ребёнка, что называется движением ради движения. При этом часто нарушаются правила безопасности, повышается риск травматизма;
- отказ от спокойных игр, тихого отдыха, определённых занятий, требующих тишины и спокойствия;
- чрезмерная разговорчивость.

И, наконец, **импульсивность**:

- ребёнок торопится ответить на вопрос, не задумываясь, не дослушав его до конца;
- не умеет сдерживаться и дожидаться своей очереди, выкрикивает, перебивает, вступает в конфликты.

Если шесть из перечисленных признаков характеризуют поведение ребёнка, можно предположить, что он гиперактивен, но в любом случае, не стоит брать на себя ответственность в постановке диагноза (это должен сделать специалист медицинского учреждения).

Межполушарное взаимодействие – особый механизм объединения **левого полушария** и **правого полушария** в единую интегративную, целостно работающую систему, формирующийся под влиянием как генетических, так и средовых факторов.

За что **отвечает правое полушарие**:

- обработка невербальной информации, эмоциональность;
- музыкальные и художественные способности;
- способность понимать метафоры (смысл пословиц, поговорок, шуток и др.);
- обработка большого количества информации одновременно, интуиция;
- воображение;
- отвечает за левую половину тела.

За что **отвечает левое полушарие**:

- логика, память;
- абстрактное, аналитическое мышление;
- обработка вербальной информации;
- анализ информации, делает вывод;
- отвечает за правую половину тела.

Только взаимосвязанная работа двух полушарий мозга обеспечивает нормальную работу всех психических процессов.

Выполнять упражнения лучше каждый день, хотя бы по 5 – 10 минут. Эти упражнения являются «**гимнастикой для мозга**» и будут полезны детям и взрослым, даже если с сформированностью межполушарных взаимодействий всё в порядке.

Весёлые и простые **нейроупражнения**. Но это только с виду. Попробуйте предложить их проделать детям, и вы заметите, что не всё у них получится с первого раза.

Но это и к лучшему. Именно в тот момент, когда не получается или получается с трудом, мозг строит новые нейронные связи, активизируя оба полушария одновременно. Благодаря этому у ребёнка улучшается внимание, память, мышление. Всё то, что так важно для успешной учёбы в школе.