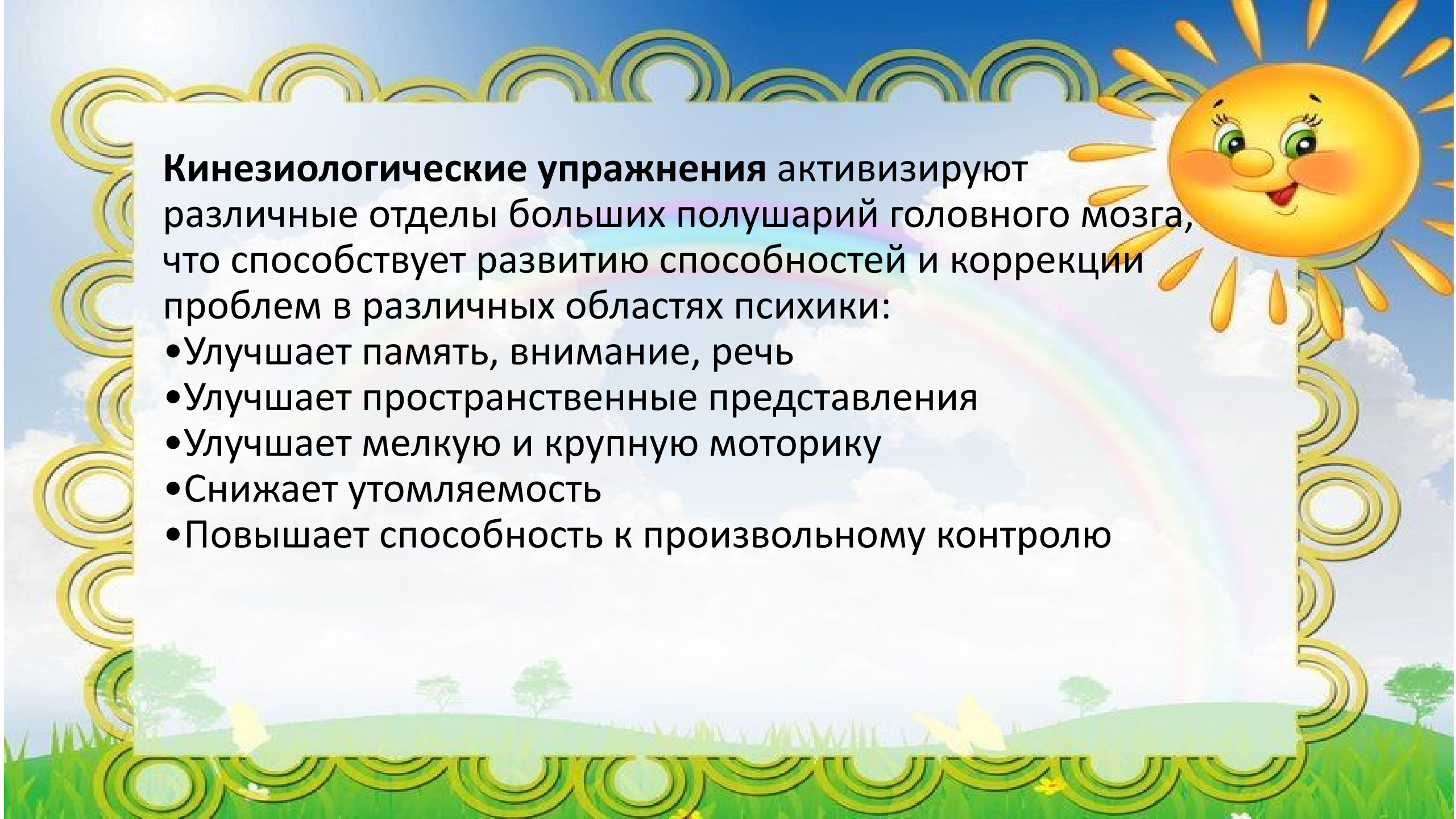


Кинезиологические игры и игровые упражнения

Консультация для родителей.

- **Кинезиология** - это наука о развитии головного мозга через движение.
- **Кинезиологические упражнения** помогают улучшить работу полушарий головного мозга, гармонизировать их взаимодействие, отвечающего за **развитие** психических процессов и **интеллекта**.





Кинезиологические упражнения активизируют различные отделы больших полушарий головного мозга, что способствует развитию способностей и коррекции проблем в различных областях психики:

- Улучшает память, внимание, речь
- Улучшает пространственные представления
- Улучшает мелкую и крупную моторику
- Снижает утомляемость
- Повышает способность к произвольному контролю

« Кулак - ребро - ладонь».

Это упражнение улучшает мыслительную деятельность, синхронизирует работу полушарий, способствует запоминанию, повышает устойчивость внимания, активизирует процессы письма и чтения.

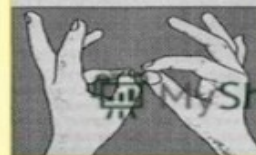
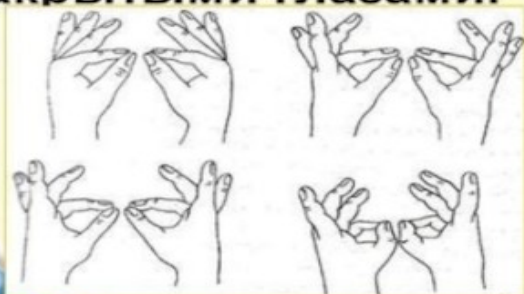


Исходное положение: сидя, руки находятся на плоскости стола. Три положения руки последовательно сменяют друг друга. Сжатая в кулак ладонь, положение ладони ребром на плоскости стола. Выполняется сначала правой рукой, затем левой рукой, потом двумя руками вместе. Количество повторений 8-10 раз.



«Пальчики в колечки»

- ❖ поочередно и как можно быстрее перебирать пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем плавно и поочередно последовательно указательный, средний и т. д. и в обратном порядке (сначала на левой руке, затем на правой и на двух вместе). Усложнение: то же самое, но с **закрытыми глазами**.



MyShared



- ❖ **«Горячие ладошки»** потереть ладонь о ладонь и имитировать умывание, не дотрагиваясь до лица.
- ❖ **«Думательный колпак»** массаж ушных раковин, помассировать мочки ушей, затем всю ушную раковину. В конце упражнения растереть уши руками.

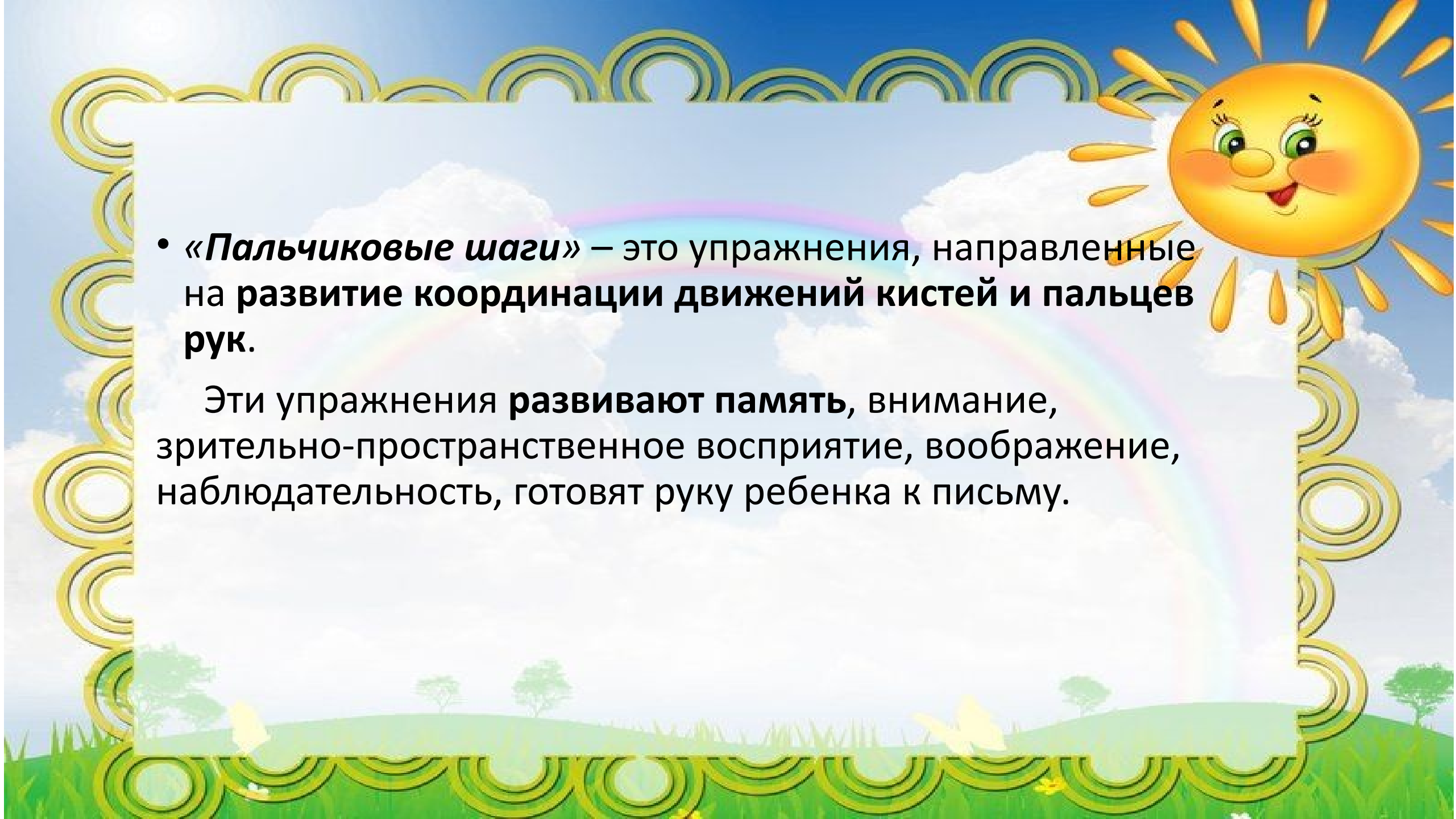


Упражнение "Кулачки"



"Обводилки" двумя руками.



- 
- **«Пальчиковые шаги»** – это упражнения, направленные на развитие координации движений кистей и пальцев рук.

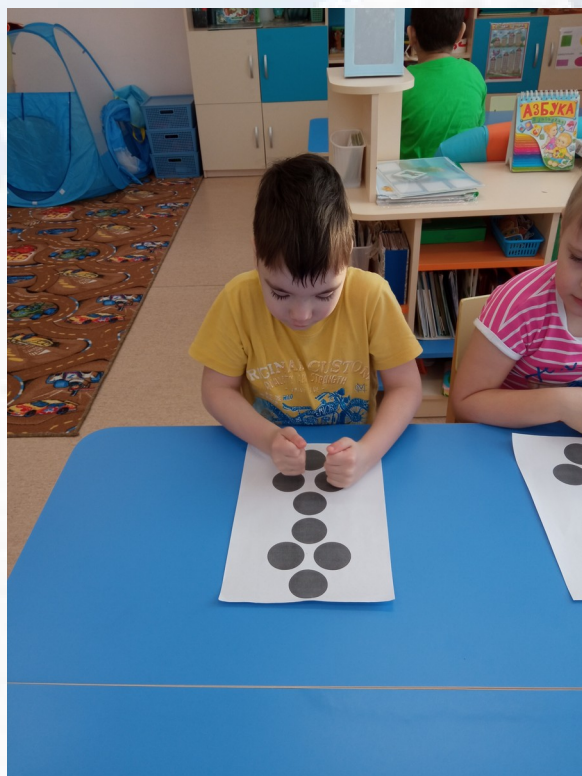
Эти упражнения **развивают память**, внимание, зрительно-пространственное восприятие, воображение, наблюдательность, готовят руку ребенка к письму.

"Пальчиковые шаги"



Упражнение "Домик, ежик, кулачек"





Включайте кинезиологические упражнения в игры, в минутки отдыха, сделайте неотъемлемой частью ваших совместных развивающих занятий и, несомненно, увидите положительные результаты!





**Желаю Вам вдохновения и удачи
в выполнении основных
кинезиологических упражнений!**

**Помните – наша речь на
кончиках пальцев!**

