

Конспект по кинезиологии во второй младшей группе «**Веселое путешествие с колобком**».

Буланова И.А., Гладышева И.А., Сараева А.А.  
воспитатели МБДОУ «Детский сад №123» г. Рязань.

### **Аннотация**

Кинезиология занимает важное место в развитии и укреплении здоровья детей дошкольного возраста.

Кинезиология относится к здоровьесберегающей технологии. Согласно п. 22.7 Федеральной образовательной программы дошкольного образования ,основными задачами образовательной деятельности в области физического развития детей до 7 лет являются:

- обогащать двигательный опыт детей с помощью упражнений основной гимнастики, развивать умения технично, точно, осознанно, рационально и выразительно выполнять физические упражнения ;
- развивать психофизические качества, точность.

В переводе на русский язык «кинезиология» обозначает гимнастика мозга или наука о развитии головного мозга через определённые двигательные упражнения. Основателями кинезеологии являются американские педагоги, доктора наук Пол Деннисон и Гейл Деннисон. Эта система была разработана ими более 40 лет назад. В России она известна с начала 90-х годов, последователями этого направления в образовании являются: В.Ф.Базарный, А.Л.Сиротюк и другие.

Виды кинезиологических упражнений:

- Упражнения для развития мелкой моторики (стимулируют речевые зоны головного мозга).
- Телесные движения (развивают межполушарное взаимодействие, снимаются произвольные, непреднамеренные движения и мышечные зажимы).
- Растяжки (нормализуют гипертонус и гипотонус мышц опорнодвигательного аппарата).
- Дыхательные упражнения (улучшают ритмику организма, развивают самоконтроль и произвольность).
- Глазодвигательные упражнения (позволяют расширить поле зрения, улучшить восприятия, развивают межполушарные взаимодействие и повышают энергетизацию организма).
- Массаж (воздействует на биологически активные точки).

- Упражнения на релаксацию (способствуют расслаблению, , снятию напряжения)

Целью кинезеологических упражнений, является способствовать развитию межполушарного взаимодействия.

Задачами кинезиологических упражнений является:

- Развитие межполушарного взаимодействия;
- Синхронизация работы полушарий;
- Развитие мелкой моторики;
- Развитие познавательных процессов;
- Развитие речи, памяти, внимания.

Занятия должны проводиться систематически в спокойной, доброжелательной обстановке. Важно точное выполнение каждого упражнения, поэтому необходимо индивидуально обучить каждого ученика. Выполнение кинезеологических упражнений возможно как дома с родителями, так и на предметных уроках или на специальных занятиях по кинезеологии. Занятия начинаются с изучения упражнений, которые постепенно усложняются, и увеличивается объем выполняемых заданий.

Для результативности работы необходимо учитывать определенные условия:

занятия проводятся 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. Хотелось бы обратить ваше внимание на то, что желаемый эффект не достигается после одного-двух занятий. Чтобы появился устойчивый результат, необходимо проводить их регулярно, как минимум в течение месяца-двух. Для таких занятий лучше использовать часы после отдыха детей. Главное, чтобы в этот момент ребенку самому хотелось заниматься, поэтому не навязывайте ему свои желания и не превращайте игру в скучный урок.

**Цель занятия:** «Активизация различных отделов коры головного мозга, ее больших полушарий, развитие межполушарного взаимодействия, улучшение мыслительной деятельности, синхронизация работы полушарий»

**Задачи:**

1. Продолжать учить детей навыкам визуального и кинетического восприятия в процессе кинезиологических игр.
2. Закрепить умение различать понятие; «много», «один». При ответе пользоваться словами: «один», «много», «не одного».
3. Закрепить с детьми знания основных цветов (красный, оранжевый, желтый, зеленый, голубой, синий, фиолетовый.)
4. Развивать умение использовать эталоны как общепринятые свойства и качества предметов (цвет, размер)
5. Способствовать развитию памяти, внимания, речи, мышления и мелкой моторики.
6. Формировать дружеские взаимоотношения между детьми.
7. Способствовать формированию положительного эмоционального настроения.

**Оборудование и материалы:** мячи Су-Джок, обруч- солнце с бабочками, цветы, птицы, домик вязаный.

**Интеграция образовательных областей:** познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие.

**Ход занятия**

**1. Мотивационный этап**

Дети стоят на ковре полукругом. Стук в дверь, воспитатель заходит в группу в образе «Колобка».

**Воспитатель:** Здравствуйте, ребята!

**Дети:** Здравствуй!

**Воспитатель:** Ребята, а вы узнали меня? Кто я?

**Дети:** Колобок.

**Воспитатель:** Правильно!

**2. Ориентировочный этап**

**Воспитатель:** задает вопросы, какого цвета, формы колобок?

**Дети:** отвечают на вопросы.

Детям предлагается показать, какой колобок круглый. Давайте, возьмемся за руки, и покажем какой я круглый.

**Воспитатель:** Ребята, я колобок - румяный бок. Я от дедушки ушел, я от бабушки ушел. И отправился я в лес, где полным полно чудес. А хотите ли вы со мной отправиться в путешествие в Волшебный лес?

**Дети:** Хотим.

**Воспитатель:** Тогда говорим волшебные слова: « Раз, два, три - вокруг себя повернись, в волшебном лесу очутись!». Вот мы с вами и в лесу.

**Воспитатель:** Давайте с вами сядем на полянку. Сели правильно, как Настя, спинка прямая, ручки положили правильно.

**Воспитатель:** Ой, смотрите, что же у нас такое на полянке?

**Дети:** На полянке домик.

**Воспитатель:** А вы хотите узнать, кто в домике живет?

**Дети:** да, хотим.

**Воспитатель:** В домике живут ежики. Какого цвета ежики? Много ежиков?

**Дети** отвечают на вопросы воспитателя.

**Воспитатель:** А теперь возьмите каждый по одному ежику. Сколько ежиков осталось в домике?

**Дети:** Ни одного.

**Воспитатель:** А сколько ежиков у Насти, Никиты и т.д. (имена детей)?

**Дети:** отвечают на вопрос воспитателя.

**Воспитатель:** Ежики хотят с вами поиграть. Зажимаем, ежик между ладошек и повторяем волшебные слова:

-Круглый ежик-колобок! У тебя колючий бок!

Так приятно нам держать и ладошкой зажимать!

Раз-кружок, два - кружок.

Здравствуй, ежик-колобок!

**Воспитатель:** Ежики поиграли с вами и отправляются в домик. Ребята, какого цвета у вас ёжики?

**Дети** отвечают.

**Воспитатель:** Молодцы, ребята! Продолжаем наше путешествие. Встали все! Поздоровались с солнышком! Потянулись!

**Воспитатель:** Ребята, ежики приготовили для вас сказку. Хотите ее услышать?

**Дети:** да, хотим.

**Воспитатель:** Тогда проходим каждый в свой домик, через волшебную дверь. Сели спинка прямая, ножки вместе, ручки на столе.

### **3. Исполнительский этап.**

**В лесу.**

(способ организации – сидя за столом)

**Однажды маленький ежонок потерялся в лесу.** (Упражнение «ёжик». Поставить ладони под углом друг к другу, расположить пальцы одной руки между пальцами другой).

**Он очень испугался и стал плакать.** Тут к нему подбежал зайчонок. (Упражнение «заяц». Указательный и средний палец вытянуты вверх, мизинец и безымянный палец прижаты к ладони большим пальцем).

**Он спросил у ежика: «Почему ты плачешь?». Ежик рассказал зайчику, что пошел гулять по лесу** (Упражнение «кулак-ладонь». Левая рука сжата в кулак, правая ладонь лежит на столе, происходит одновременная смена положения рук), **и заблудился, а теперь не знает, как найти дорогу домой** (Упражнение «дом». Пальцы обеих рук соединить под углом, касаясь друг друга кончиками, большие пальцы отвести в сторону и тоже соединить).

**Зайчик решил помочь ежонку. Они вместе пошли искать его дом** (Упражнение «кулак-ладонь». Левая рука сжата в кулак, правая ладонь лежит на столе, происходит одновременная смена положения рук).

**В этом лесу росли большие деревья** (Руки вытянуты вверх. Пальцы рук сжимать в кулак и расставлять в стороны).

**Долго они шли** (Упражнение «кулак-ладонь». Левая рука сжата в кулак, правая ладонь лежит на столе, происходит одновременная смена положения рук), **но дом ежика не могли найти** (Упражнение «дом». Пальцы обеих рук соединить под углом, касаясь друг друга кончиками, большие пальцы отвести в сторону и тоже соединить).

**Вдруг им навстречу выбежала собачка** (Упражнение «собака». Ладонь поставить на ребро, большой палец выпрямить и поднять вверх. Указательный палец согнуть, остальные пальцы сомкнуть и оставить выпрямленными).

**Зайчик** (Упражнение «заяц». Указательный и средний палец вытянуты вверх, мизинец и безымянный палец прижаты к ладони большим пальцем), **спросил у собачки, не знает ли она, где дом ежика?**

**Собачка** (Упражнение «собака». Ладонь поставить на ребро, большой палец выпрямить и поднять вверх. Указательный палец согнуть, остальные пальцы сомкнуть и оставить выпрямленными) **сказала, что знает, где его дом** (Упражнение «дом». Пальцы обеих рук соединить под углом, касаясь друг друга кончиками, большие пальцы отвести в сторону и тоже соединить).

**Собачка вместе с зайчиком проводили ежонка до дома** (Упражнение «кулак-ладонь». Левая рука сжата в кулак, правая ладонь лежит на столе, происходит одновременная смена положения рук).

**Ежонок очень обрадовался и угостил зайчика и собачку вкусными оладушками** (Упражнение «оладушки». Одна рука лежит на столе ладонью вниз, другая ладонью вверх. Происходит смена положения рук.)

**Воспитатель:** Понравилась вам сказка?

**Дети:** Сказка понравилась.

**Воспитатель:** Вот и закончилось наше путешествие. Нам пора возвращаться в детский сад. А вернуться поможет волшебное кольцо. Но сначала, скажем волшебные слова. Упражнение «Колечко» Поочередно и как можно быстрее перебирайте пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т.д. Проба выполняется в прямом и обратном (от мизинца к указательному пальцу) порядке. А теперь, взяли двумя руками за ленточки. Раз, два, три в детском саду мы.

#### **4. Рефлексивный**

**этап.**

По окончании работы педагог предлагает детям оценить продукты своего творчества самостоятельно. Также, он отмечает старания каждого ребенка, озвучивает нюансы рисунков и выражает похвалу за то, что дети были аккуратны и выполнили работу самостоятельно.

**Воспитатель:** Возьмите друг друга за руки и постоит спокойно. Что вы почувствовали, держа друг друга за руки? Где мы с вами сегодня были, кого встретили и кому пришли на помощь?

Ответы детей.

**Воспитатель:** мне было с вами хорошо, а вам?

Ответы детей.

**5. Перспективный этап.**

Сегодня вы путешествовали с колобком, помогли ёжику найти свой домик.

Воспитатель хвалит детей за их старания.

**Список литературы:**

1. ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ. Инновационная программа дошкольного образования / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Коморовой, Э.М. Дорофеевой - 6-е изд., доп. – М. МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2020. – 368 С.

2. Сиротюк А.Л. Упражнения для психомоторного развития дошкольников: Практическое пособие. – М.: АРКТИ, 2008. – 60с

3. Сазонов В.Ф., Кириллова Л.П., Мосунов О.П. Кинезиологическая гимнастика против стрессов: Учебно-методическое пособие / РГПУ. – Рязань, 2000. – 48 с.

4. Деннисон П., Деннисон Г. Программа «Гимнастика мозга». Пер. С.М. Масгутовой. – М., 1997.

5. Использование метода кинезиологии в работе с дошкольниками / Е. И. Стальская, Ю. С. Корнеева, Е. Г. Ромицына // Северная Двина.

6. Шанина Г.Е. Упражнения специального кинезиологического комплекса для восстановления межполушарного взаимодействия у детей и подростков: Учебное пособие – М., 1999