

***«Кінезіологічні
вправи
роботи з дітьми
з ООП»***



*Колись і глухота , і сліпота, і розумова відсталість
будуть подолані медично і біологічно, але ще
раніше педагогічно та психологічно.*

(Л. С. Виготський)

Саме для цього і введено

**Інклюзивну освіту
(«inclusion» – включення)**

Це система освітніх послуг, що ґрунтується на принципі забезпечення основного права дітей на освіту та права навчатися за місцем проживання, що передбачає навчання дитини з особливими освітніми потребами в спеціально створених умовах навчального закладу.





Кінезіологія – наука про розвиток розумових здібностей і фізичного здоров'я через певні рухові вправи.

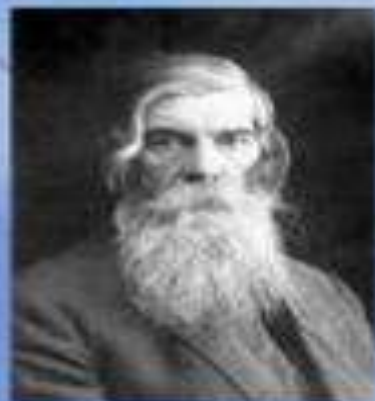


- Засновником наукової кінезіології в Стародавній Греції вважався **Асклепід**, який жив понад 2000 років тому.
 - Елементи кінезіології містила давньоіндійська йога, Конфуцій та Гіппократ також користувалися кінезіотерапією.
 - Секрет краси і молодості Клеопатри полягав у використанні **кінезіологічних вправ**.
- 

Освітня кінезіологія



Л.С. Виготський



В.М. Бехтерева



І.М.Сеченов



А.Р.Лурія

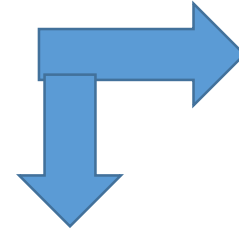


А.Н.Леонтьева

Розум дитини знаходиться на
кінчиках її пальців.

(В.А.Сухомлинський)

Кінезіологія – це наука про
розвиток розумових
здібностей і фізичного
мозку»
здоров'я через певні
рухові вправи.



«Гімнастика



процес навчання і виконання діяльності стає
ефективнішим,
розвиває взаємодію тіла й інтелекту.

організм координує роботу
правої та лівої півкуль



Основна мета кінезіології

Розвиток міжпівкульної взаємодії та
синхронізація роботи півкуль головного мозку, що
сприяє активізації розумової діяльності.



Завдання кінезіології :

Розвиток міжпівкульної взаємодії.

Синхронізація роботи півкуль.

Розвиток загальної та дрібної моторики.

Розвиток пам'яті, уваги, уяви, мислення.

Розвиток мови.

Формування довільності поведінки .

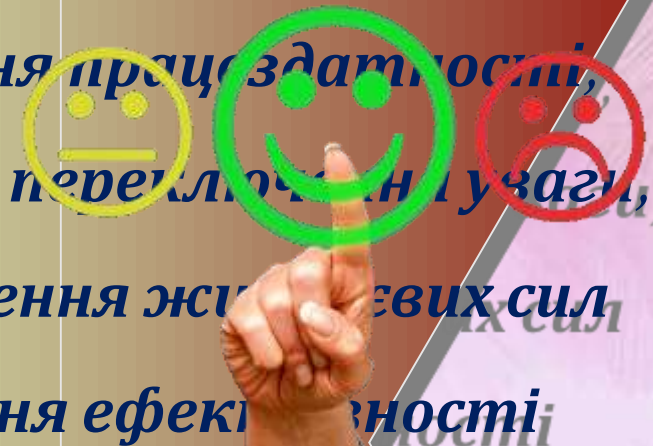
Зняття емоційної напруженості.

Створення позитивного емоційного настрою.

Профілактика дислексії і дисграфії.



Мета спеціалізованої освітньої кінезіології – підвищення працездатності, поліпшення вербальної пам'яті, концентрації, обсягу та переключення уваги, створення позитивних установок на навчання, підвищення життєвих сил організму як психофізіологічних передумов підвищення ефективності навчання.



Кінезіологічні вправи активізують різні відділи великих півкуль головного мозку, що сприяє розвитку здібностей та корекції проблем у різних галузях психіки::



- покращує пам'ять, увагу, мову
- покращує просторові уявлення
- покращує дрібну та загальну моторику
- знижує втомлюваність
- підвищує здатність до довільного контролю

МІСЦЕ ВТРАВ

Предметні заняття

Позаурочна діяльність

*Перерви / відпочинок у
ресурсній кімнаті*





Результат вправ:

Як негайний, так і кумулятивний (накопичуваний) ефект для підвищення розумової працездатності та оптимізації інтелектуальних процесів.



Умови для досягнення результативності

- 
- кінезіологічна гімнастика проводиться вранці, тривалістю 5-15 хв.
 - вправи виконуються в доброзичливій обстановці
 - кінезіологічна гімнастика проводиться систематично, без пропусків
 - від дітей вимагається точне виконання рухів і прийомів
 - вправи проводяться за спеціальними комплексам, тривалістю 2 тижні

При несформованості міжпівкульної взаємодії не відбувається повноцінного обміну інформацією між правою й лівою півкулями, кожна з яких досягає зовнішній світ по-своєму.

Такий поділ функцій забезпечує взаємну доповнюваність роботи півкуль.

Для спільної роботи обох півкуль потрібен їх
функцій зв'язок



Застосування вправ:

Адаптація дітей до освітнього процесу
(розвиток моторики рук, вдосконалення рухових
навичок. розвиток моторної координації та
оптикопросторових уявлень, зняття симптомів
психофізіологічного відхилення, підвищення
продуктивності перебігу психічних процесів)

Зняття стресових та невротичних станів
(відновлення міжпівкульної взаємодії,
гармонізація роботи мозку, зниження
втомлюваності, здатність до довільного
контролю



Методи і прийоми кінезіологічної гімнастики

Розтяжки - нормалізують гіпертонус і гіпотонус м'язів опорно-рухового апарату.

Дихальні вправи - покращують ритміку організму, розвивають самоконтроль і довільність.

Окорухові вправи - дозволяють розширити поле зору, поліпшити сприйняття, розвивають міжпівкульну взаємодію.

Тілесні рухи - розвивають міжпівкульну взаємодію, знімаються мимовільні, ненавмисні рухи і м'язові затиски.

Вправи для розвитку дрібної моторики - стимулюють мовні зони кори головного мозку

Масаж - впливає на біологічно активні точки

Вправи на релаксацію - сприяють розслабленню, зняттю напруги



Кінезіологія є однією із здоров'язберігаючих технологій.

Багато вправ спрямовані на розвиток одночасно фізичних і психофізіологічних якостей, на збереження здоров'я дітей, і профілактику відхилень у їхньому розвитку. Під впливом кінезіологічних тренувань в організмі настають позитивні структурні зміни. І чим інтенсивніше навантаження, тим значніше ці зміни.

Кінезіологічні вправи:

- розвивають тіло,
- підвищують стресостійкість організму,
- синхронізують роботу півкуль,
- поліпшують розумову діяльність,
- сприяють поліпшенню пам'яті й уваги,
- полегшують процес читання й письма.

І як результат:

- підвищення рівня емоційного благополуччя,
- поліпшення зорово-моторної координації
- формування просторового орієнтування.
- удосконалення регулюючої й координуючої ролі нервової системи.



ПРИКЛАДИ КІНЕЗІОЛОГІЧНИХ ВПРАВ,

*які доцільно та доречно
використовувати
на заняттях для дітей з ООП*





«Колечко»



З'єднуємо по черзі пальці в «колечка» з великим від вказівного до мізинця і назад; виконуємо спочатку однією рукою, потім двома, обов'язково з мовленнєвим супроводом.



**Пальчики нехай стараються,
з великим вітаються,
у колечко єднаються.**

«Ніс - вухо - плеснути в долоні»



- права рука торкається носа, ліва – лівого вуха (коли ускладнюємо - правого вуха), плеснути в долоні, потім поміняти руки.



**Щоб емоції владнались,
Будем вправно ми навчатись.
Треба взяти вушко й ніс,
Плесніть всі в долоні – please!**



«Кулак-ребро-долоня»



Послідовна зміна позицій на площині столу: долоня, стисла в кулак, долоня ребром на площині столу, розпрямлені долоні на площині столу.



Вправні ручки маю,
Їх треную я щодня.
«Кулачок – ребро – долонька»
Я розумна в мамі донька.





«Перехресні кроки»



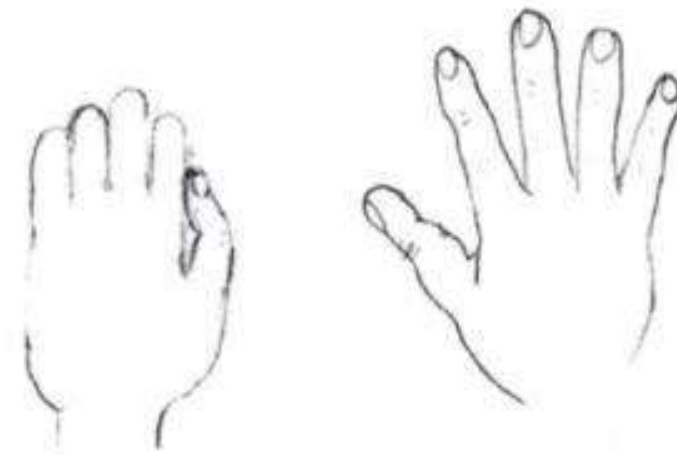
Правий лікоть торкається лівого коліна і навпаки; правий лікоть торкається правого коліна і навпаки;
Права долоня торкається лівого коліна і навпаки, права долоня торкається правого коліна і навпаки.



**Якщо будем йти рухливо,
Піднімаючи коліна,
І руками їх торкатись,
Мозок буде наповнятись.
Енергетика це зветься,
Гарно з нею нам живеться.**



«Ліхтарики»



**Почергове стискання та розтискання
долоньок (ніби блимає ліхтарик)**



«Голівка-животик»



Праву руку кладемо на животик і погладжуємо його по колу, а ліву ручку – на голівку і легенько постукуємо. Потім виконати теж саме зі зміною рук.



«Дзеркальне малювання»

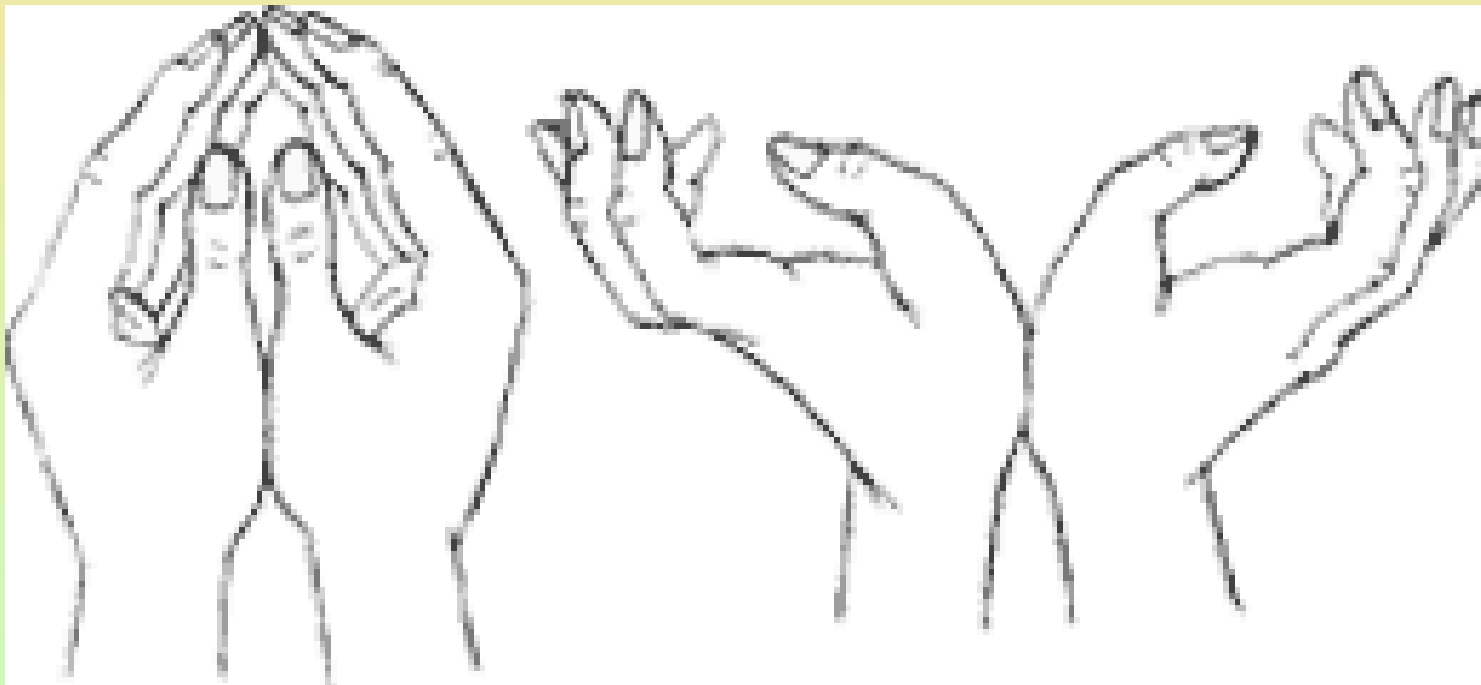


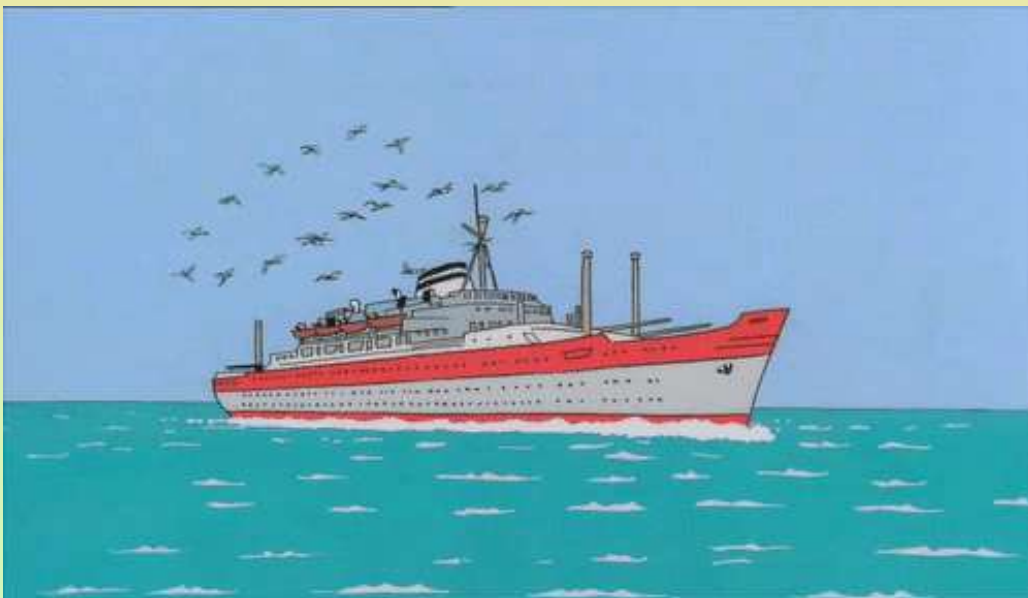
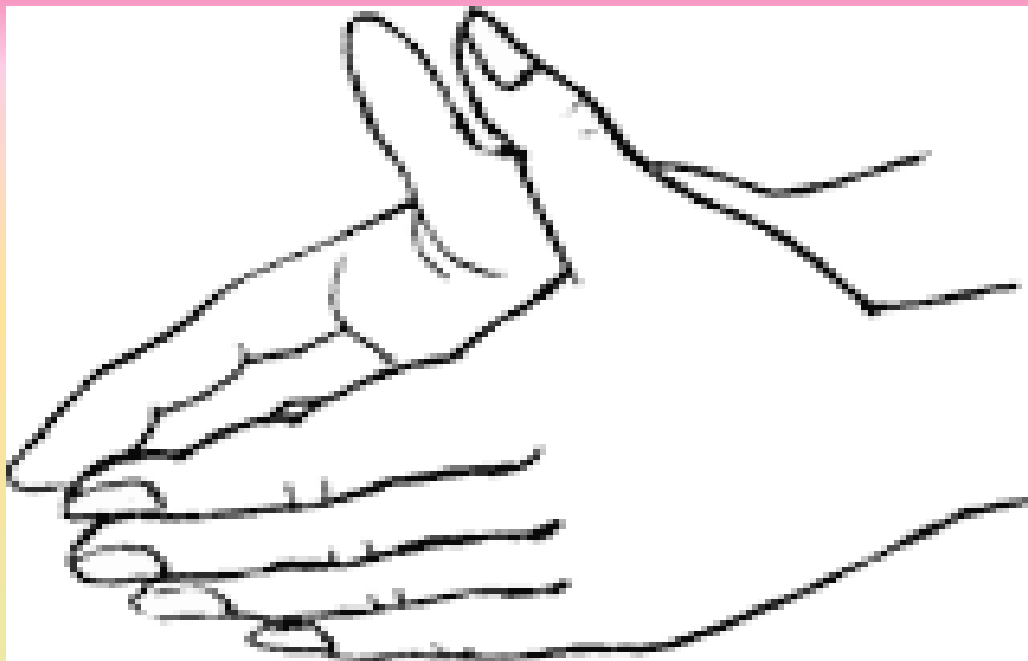
Беремо в обидві руки по олівцю, малюємо одночасно обома руками дзеркально-симетричні малюнки (квадрати, трикутники), літери.



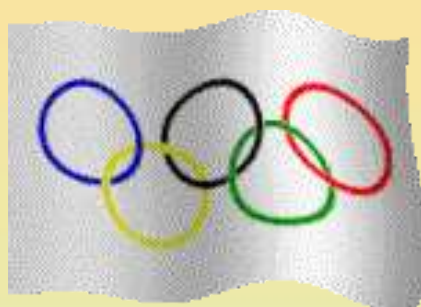
**Як ти носиш,
їжачок,
Так багато
колючок?**

*Вранці сонечко зійшло,
розпустилась квітка.
А увечорі закриє
пелюсточки швидко.*



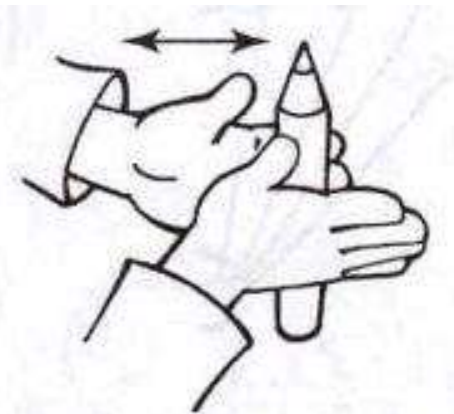
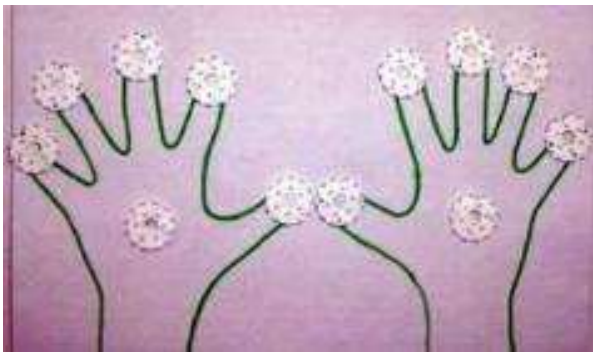


*Пароплав
пливе
по річці,
Дим з труби,
немов із
пічки.*

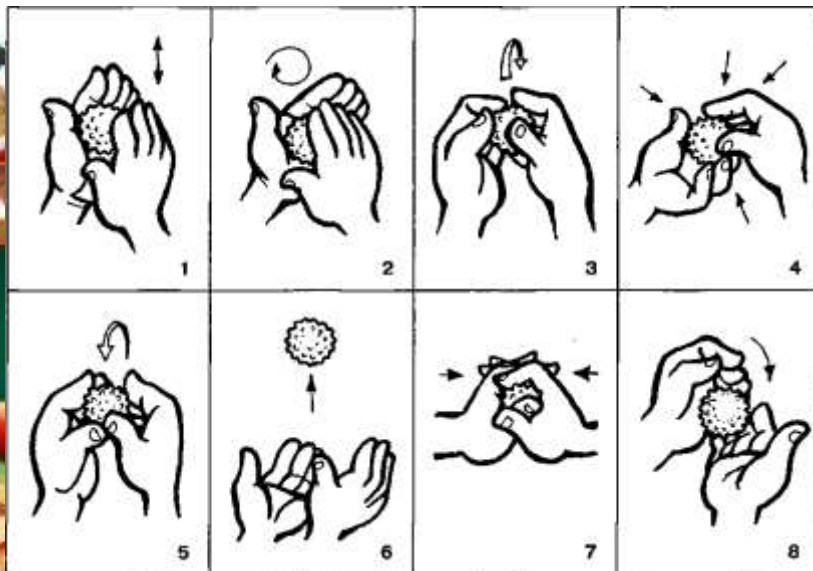


***Я тримаю
у руці
кольорові
прапорці***

Нетрадиційний масаж



Су-джок терапія, масажери



Робота з природними матеріалами. Ігри з кру



Творчість – це простір до
пошуку краси та естетики.
Розвиток творчих
здібностей на основі
кінезіологічних вправ
сприяють активізації мозку,
критичному мисленню,
ітазії.



Сонечко

Прилетіло сонечко
На мою долонечку.
Крильця - червоненькі,
Цяточки - чорненькі.
По всіх пальчиках ходило,
А з мізинця - полетіло!



Пальчикові ігри

Праву дитинку руками по тилу гладять пальці лівої руки. Далі визначивши пальцем лівої руки на долоні малюють 2 півкола крильця, постукують пальцем по долоні. По черзі натискають на півкола правої руки.





**Дослідження показують, що виконання
звичайної дії «незвичайною» рукою активізує
нові ділянки мозку й допомагає розвивати нові
контакти між клітинами мозку.**

**Так що спробуйте, експериментуйте.
Це не тільки корисно, але й весело!**