Цель:

-Создание у родителей представления о педагогически целесообразном и психологически грамотном стиле взаимодействия со своим ребёнком, путём расширения их знаний о развитии мозга ребёнка по средствам кинезиологических упражнений.

-Создание условий для взаимодействия родителей и ДОУ в процессе развития и воспитания детей.

Форма проведения: семинар – практикум.

Методические приемы: монологические высказывания, диалог, игра, анализ результатов.

Оборудование: карандаши, карточки, бумага, проектор.

Структура семинара – практикума:

Вводная часть – 7 минут.

Основная часть – 45 минут

Заключительная часть – 5 минут.

План семинара – практикума:

Установление контакта между участниками группы (игры на сплочения и

объединения).

Активизация мыслительной деятельности, создание рабочего настроения.

Основная часть.

Подведение итогов, обратная связь.

Ход семинара – практикума

1. Вводная часть.

 **Приветствие.**

 Добрый день уважаемые родители. Сегодня у нас семинар – практикум на тему “Зарядка для мозга ” Давайте с вами познакомимся.

 Упражнение “Знакомство”.

 Каждый участник говорит своё имя и что-то о себе.

Отлично, спасибо вам большое, очень приятно с вами познакомиться поближе.

А теперь, для того, чтобы настроить наш мозг на активную работу я предлагаю вам небольшую разминку. Мы с вами сделаем упр., которое, последовательно помогает активизировать три части головного мозга. Мне это упр. очень нравится.

Активизируем первую часть мозга– это мелкая моторика.

1. Упр. « Колечки»

Второе, что мы будем активизировать это речь.

Скороговорка « Ехал грека через реку…»

Это очень просто, поэтому мы будем соединять упр. и скороговорку.

1. Упр. « Колечки» одновременно со скороговоркой « Ехал Грека через реку, видит Грека в реке рак. Сунул Грека руку в реку, рак за руку грека цап.

Третье- мы активизируем ещё треть нашего мозга –это ноги.

1. Упр. « Колечки» одновременно со скороговоркой « Ехал Грека через реку, видит Грека в реке рак. Сунул Грека в реку руку, рак за руку грека цап и одновременно с ходьбой на месте.

Отлично, мы активизировали свой мозг, настроили его на максимум, теперь давайте о нём поговорим.

Вот все привыкли, что нужно развивать память, внимание, мышление, интеллект, мелкую моторику. Но при этом мало кто обращает внимание на сам мозг, от которого развитие всего этого, в большинстве случаев и зависит.

* Картинка(мозг)

И так, мозг это очень сложный и, к слову сказать, не до конца изученный орган. Мозг регулирует все процессы, которые происходят в теле человека, сохраняет информацию, отвечает за чувства, эмоции, память, мышление, за восприятие, распределение, переработку, информации . Координирует все физические процессы.

Углубляться в точное строение мозга мы не будем, а поговорим о полушариях мозга, об их взаимодействии друг с другом.

Хорошо известно, что большая часть мозга состоит из двух полушарий правого и левого. Они чётко поделены между собой.

* Картинка( полушария мозга)

По своим функциям они тоже ассиметричны. Причём, правое полушарие отвечает за левую сторону тела, а левое отвечает за правую сторону тела.

|  |
| --- |
| **Сферы специализации левого и правого полушарий головного мозга** |
|  **Левое полушарие(логическое)** |  **Правое полушарие (творческое).** |
| **Обработка вербальной информации:** Левое полушарие мозга отвечает за ваши языковые способности. Это полушарие контролирует речь, а также способности к чтению и письму. Оно также запоминает факты, имена, даты и их написание. | **Обработка невербальной информации:** Правое полушарие специализируется на обработке информации, которая выражается не в словах, а в символах и образах. |
| **Аналитическое мышление:** Левое полушарие отвечает за логику и анализ. Именно оно анализирует все факты. Числа и математические символы также распознаются левым полушарием. | **Воображение:** Правое полушарие дает нам возможность мечтать и фантазировать. С помощью правого полушария мы можем сочинять различные истории. Правое полушарие отвечает также за способности к музыке и изобразительному искусству. |
| **Последовательная обработка информации:** Информация обрабатывается левым полушарием последовательно по этапам.  | **Параллельная обработка информации:** Правое полушарие может одновременно обрабатывать много разнообразной информации. Оно способно рассматривать проблему в целом, не применяя анализа. |
|  | ***Интуиция, креативность мышления , инсайт*** |
| **Отвечает за восприятие слуховой информации**. | **Отвечает за тело**, координацию движений. Зрительное и пространственное восприятие. |

Но в осуществлении любой психической функции, любого действия- как относительно элементарного, так и сложного принимает участие весь мозг в целом. То есть полушария взаимодействуют между собой. А связывает их между собой мозолистое тело.

* Картинка (мозолистое тело)

Оно состоит примерно из двухсот миллионов нервных волокон, с помощью которых происходит передача информации (импульсов) из одного полушария в другое.

**Игра № 1 « Импульс +»**

Теперь, давайте с вами попробуем «изобразить» как происходит эта передача, когда взаимодействия между полушариями функционируют нормально.

*Я не случайно посадила вас именно так, словно поделила на две части. Давайте с вами представим что мы это мозг какого-то человека, тот кто сидит справа от меня ,будет правым полушарием, а тот кто слева –левым полушарием, ну а я – мозолистое тело и буду передавать информацию из одного полушария в другое…*

*Итак, левое полушарие, как мы уже знаем ,отвечает за восприятие слуховой информации. Вы левое полушарие услышали информацию , что нужно совершить (человеку) какое то движение, с помощью импульса, через мозолистое тело вы передаёте информацию в правое полушарие, которое отвечает за координацию движений, а оно,в свою очередь даёт команду телу его сделать.*

*Давайте возьмёмся за руки для передачи информации. ( имя) задумайте какое то движение и на ухо по цепочке передайте эту информацию мне, т.е. мозолистому телу….. ( Я передаю в правое полушарие). И, последний из сидящих, выполняет это движение.*

Как мы видим, импульс прошёл, задача выполнена.

 Теперь, давайте посмотри, что произойдёт, если эта связь нарушена или не сформирована.

**Пример (Смешной рисунок)**

Если нарушить связь между полушариями головного мозга и показать левому глазу (относящемуся к правому полушарию)смешной рисунок, в то время как правый глаз (относящийся к левому полушарию) ничего не увидит, человек засмеется. Но, когда его спросят, почему он смеется, левое полушарие, ничего не зная про смешной рисунок, придумает объяснение поведению человека, и тот ответит, например, так: «Потому что халат у врача белый, а мне этот цвет кажется смешным». Таким образом, левое полушарие придумает логику поведения человека, потому что оно не может допустить возможности, чтобы он смеялся без причины или по причине, которая ему неизвестна. Более того, после вопроса весь мозг будет убежден в том, что человек смеялся из-за белого халата, и забудет про юмористический рисунок, который показывали правому полушарию.

**Пример** « Мальчик и ступеньки»

Нарушения межполушарного взаимодействия приводит к :

-искажению познавательной деятельности;

-нарушению пространственной ориентации;

-нарушению координации движений;

-нарушению эмоционального реагирования;

-нарушение чтения (дислексия);

-нарушение письма (дизграфия).

И т.д.

**Тест №1**

Я предлагаю Вам тест на определение наличия межполушарного взаимодействия и предрасположенности к дислекии и дисграфии.

Ребенок держит одну руку за спиной. Взрослый притрагивается кисточкой к фалангам пальцев (1-й или 3-й фаланге любого пальца, кроме большого, всего 8 вариантов) в произвольном порядке.

 Ребенок должен показать большим пальцем на другой руке, к какой фаланге, какого пальца было прикосновение.

Если ребенок дал неправильных ответов более 30%, то это говорит о том, что он предрасположен к дислексии, дисграфии. Так же свидетельствует о наличии нарушения межполушарного взаимодействия.

**Тест №2**

**Упр. «Змейка»**

Скрестите руки ладонями друг к другу, сцепите пальцы в замок, выверните руки к себе. Двигайте пальцем, который укажет ведущий. Палец должен двигаться точно и четко, не допуская синкинезий. Прикасаться к пальцу нельзя. Последовательно в упражнении должны участвовать все пальцы обеих рук.

Когда же формируется функциональная связь между полушариями. Основное развитие межполушарных связей формируется с рождения и у девочек до 7-ми лет, у мальчиков до 8-ми – 8,5 лет.

 Начало формирования связей происходит в период младенчества, во время ползанья

* Картинка (ребёнок ползёт)

благодаря постоянным скрестным движениям рук и ног. Если же период ползанья оказывается сокращён, то недостаточно развиваются координация движений, координация деятельности полушарий между собой и координация мозга и тела в целом. Развивая координацию движений, моторику ребёнка, мы создаём предпосылки для полноценного функционального становления многих психических процессов. Уже с 6-ти месячного возраста можно начинать тренировать пальцы рук. Простейший метод – массаж: поглаживание пальцев рук в направлении от кончиков пальцев к запястью(ежедневно по 2-3 минутки). При такой тренировке речевые области будут формироваться в обеих полушариях.

Существует наука,о развитии головного мозга через движение. Это –КИНЕЗИОЛОГИЯ. Существует она уже более2000т. лет. Кинезиологическими упражнениями для красоты и молодости пользовалась Клеопатра, искуснейший врач Греции Гиппократ, также пользовался кинезиологией. Наши предки для игры и развития своих детей использовали эти упражнения –это «Сорока-белобока», «Ладушки», «Ехали-ехали», « Мальчик-пальчик» и т.д. Эти упражнения-игры используются и сейчас для самых маленьких.

Современные кинезиологические методики направлены на активизацию различных отделов коры больших полушарий, что позволяет развивать способности человека или корректировать проблемы в различных областях психики. Кинезиология рассматривает мозг человека как компьютер, в котором уже заложена информация обо всех функциональных связях в организме. Мозг накапливает информацию и способен решить любую задачу, связанную с регуляцией функций организма. В прогрессивных школах всего мира в школьных расписаниях есть ежедневный урок - кинезиология.

В ходе систематических занятий по кинезиологическим программам у ребенка исчезают явления

дислексии,

развиваются межполушарные связи,

 улучшаются память,

 концентрация внимания,

пространственные представления,

развитие мышления,

моторики,

снижение утомляемости,

повышение произвольности концентрации,

повышение стрессоустойчивости.

Все упражнения нужно выполнять вместе с детьми, постепенно усложняя и увеличивая время и сложность.

Все упражнения целесообразно проводить с использованием музыкального сопровождения. Спокойная, мелодичная музыка создает определенный настрой у детей. Она успокаивает, направляет на ритмичность выполнения упражнений в соответствии с изменениями в мелодии.

Местом использования кинезиологических упражнений могут быть любые ехать в машине, идти пешком домой. В детском саду эти упражнения включены в различные виды деятельности детей. Используются в индивидуальной работ е. **К**. упражнения помогают молодым людям подготовиться к обучению, а пожилым - сохранить активное мышление и память. Но, пожалуй, самые значительные успехи в развитии наблюдаются у детей и взрослых с диагнозами «учебной неспособности», «гиперактивного расстройства с нарушением внимания», «отставания эмоционального развития», синдром Дауна.

Давайте, с вами выполним, несколько упражнений, направленных на развитие межполушарного взаимодействия.

**Растяжки** нормализуют гипертонус (неконтролируемое чрезмерное мышечное напряжение) и гипотонус (неконтролируемая мышечная вялость).

1. **Комплекс дыхательных упраж**. Дыхательные упражнения улучшают ритмику организма, развивают самоконтроль и произвольность.

«**Ритмичное дыхание**». Вдох в два раза короче выдоха.( Гимнастика по Стрельниковой)

1. **Глазодвигательные упражнения.** Глазодвигательные упражнения позволяют расширить поле зрения, улучшить восприятие. Однонаправленные и разнонаправленные движения глаз и языка развивают межполушарное взаимодействие и повышают энергетизацию организма.

 **«Горизонтальная восьмёрка»**. Вытянуть перед собой правую руку на уровне глаз, пальцы сжать в кулак, оставить вытянутыми указательный и средний. Нарисовать в воздухе этими пальцами знак бесконечности как можно большего размера. Когда рука из центра этого знака пойдет вверх, начните слежение немигающими глазами, устремленными на промежуток между окончаниями этих пальцев, не поворачивая головы. Те, у кого возникли трудности в прослеживании (напряжение, частое моргание), должны запомнить отрезок «горизонтальной восьмерки», где это случается, и несколько раз провести рукой, как бы заглаживая этот участок. Необходимо добиваться плавного движения глаз без остановок и фиксаций. В месте остановки потери слежения нужно провести рукой несколько раз туда-обратно по линии горизонтальной восьмерки.Одновременно с глазами следить за движениями пальцев по траектории горизонтальной восьмерки хорошо выдвинутым изо рта **языком.**

1. **«Клад».** В комнате прячется игрушка или конфета. Найдите ее, ориентируясь на команды ведущего, например: «Сделай два шага вперед, один направо и т.д.».
2. **«Колечко»**

**Игра « Колечки».** Дети 6—7 лет, собравшись в кружок и выбрав водящего, под его счет собирают колечки. Внезапно водящий командует: «Без среднего!» — и все игроки продолжают перебор, пропуская средний палец. Затем следует команда: «Без мизинца!» и т.д. Темп счета убыстряется, ошибавшийся выходит из игры.

Самый сложный вариант игры — обратные колечки. Однако при хорошей тренировке он доступен дошкольникам старшего возраста.

Левая рука смыкает указательный и большой пальцы, правая — большой и мизинец.

В такт счету левая и правая руки совершают одновременные разнонаправленные движения: левая рука смыкает большой палец поочередно со средним, безымянным и мизинцем, а правая соответственно с безымянным, средним и указательным.

Затем следуют движения в противоположном направлении.

**5.«Кулак-ребро-ладонь»** Ребенку показывают три положения руки на плоскости стола, последовательно сменяющих друг друга. Ладонь на плоскости, ладонь сжатая в кулак, ладонь ребром на плоскости стола, распрямленная ладонь на плоскости стола. Ребенок выполняет пробу вместе с педагогом, затем по памяти в течение 8—10 повторений моторной программы. Проба выполняется сначала правой рукой, потом — левой, затем — двумя руками вместе. При усвоении программы или при затруднениях в выполнении педагог предлагает ребенку помогать себе командами («ку­лак—ребро—ладонь»), произносимыми вслух или про себя.

**6. «Лезгинка»** Левую руку сложите в кулак, большой палец отставьте в сторону, кулак разверните пальцами к себе. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикоснитесь к мизинцу левой. После этого одновременно смените положение правой и левой рук в течение 6—8 смен позиций. Добивайтесь высокой скорости смены положений.

7. **«Ухо-нос»** Левой рукой возьмитесь за кончик носа, а правой рукой — за противоположное ухо. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши, поменяйте положение рук «с точностью до-наоборот».

8. **Массаж ушных раковин.**

 **9. Игра.**

**Пальчик -** (показать указательный палец)
**Зайчик -** ( поднять вверх 2 пальца:указательный и средний)
**Кулак**
**Коза-дереза -** (и.п. «зайчик», пальцы направлены вперед, шевелим «рожками»- бодаемся)

**Коровушка -** (указательный и мизинец направлены вперед, остальные пальцы подогнуты)
**Гусь** – большой и указательный пальцы соединяются и разъединяются, остальные – подогнуты.

**Дом -** пальцы прижаты друг к другу, руки образуют крышу.

**Замок - (пальцы обеих рук переплетены в «замок»)**

**Ежик** - ладони сомкнуты, пальца правой руки пересекаются между пальцев левой руки «иголками» вверх.

 10. **Перекрёстные движения**. При выполнении телесных движений развивается межполушарное взаимодействие, снимаются непроизвольные, непреднамеренные движения и мышечные зажимы. Оказывается, человеку для закрепления мысли необходимо движение. И. П. Павлов считал, что любая мысль заканчивается движением. Именно поэтому многим людям легче мыслить при повторяющихся физических действиях, например ходьбе, покачивании ногой, постукивании карандашом по столу и др. На двигательной активности построены все нейропсихологические коррекционно-развивающие и формирующие программы!

 **11.Упражнения в парах.**

-Встаньте лицом друг к другу. Один из партнеров выполняет движения руками или ногами, другой должен их зеркально отобразить.

-Встаньте напротив друг друга, коснитесь ладонями ладоней партнера. Совершайте движения, аналогичные велосипеду.

 **12. « Бормоталочки»**

**Идёт-бычок-качается**

**Идёт-бычок-(хлопок)**

**Идёт-(хлопок)-(хлопок)**

**(хлопок)-(хлопок)-(хлопок)**

 **13**.**Упражнения для релаксации** способствуют расслаблению, снятию напряжения.

Более подробную информацию о кинезиологических упражнениях и комплексах можно получить из книги доктора психологических наук, заведующей кафедрой психологии, профессора Тверского государственного университета. Сиротюк Аллы Леонидовны «Коррекция развития интеллекта дошкольников», М.-ТЦ СФЕРА, 2002.

* Вот эта книга( показать кигу)

Для каждого из вас я приготовила распечатанный вариант кинезиологической программы., не всю книгу, конечно, но здесь вы найдёте много упр. организованных по комплексам.

Но это ещё не всё, напоследок, я хотела бы вам предложить посмотреть видео, того как ваши детки в детском саду делают «зарядку для мозга».

 ВИДЕО…

 Прощание. Заполнение листов – отзывов.