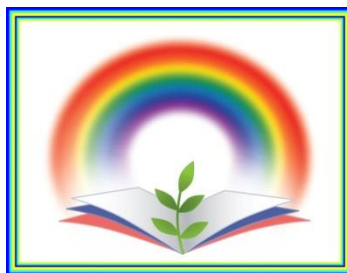




Муниципальное бюджетное
дошкольное образовательное
учреждение детский сад
№ 10 «Светлячок»
муниципального образования
город-курорт Анапа

*Методическая разработка
технологии изготовления и
использования авторской книги
«Развивашки с Клепой» для
работы с детьми
старшего дошкольного возраста*



Авторы:

Кунах Валерия Анатольевна, музыкальный руководитель

Савлук Наталья Олеговна, воспитатель

•
2022 г

Оглавление

1.Предисловие	3
2.Введение	4
3.Основная часть	7
Заключение	14
Список использованной литературы.....	15
Приложение №1.....	16
Приложение №2.....	17
Приложение №3.....	18
Приложение №4.....	19
Приложение №5.....	20
Приложение №6.....	21
Приложение №7.....	22
Приложение №8.....	23
Приложение №9.....	24
Приложение №10.....	25
Приложение №11.....	26
Приложение №12.....	28
Приложение №13.....	
Приложение №14.....	
Приложение №15.....	

Предисловие

Данная методическая разработка, авторская книга «Развивашки с Клепой», представлена в виде папки со съемными (на кольцах) страницами, с одной стороны иллюстрированными детьми, а с другой – содержащими описание кинезиологических упражнений; папками – конвертами, с картами – схемами для симметричного и двойного рисования; атрибутов для кинезиологических игр, созданных руками детей; тренажеров, изготовленных родителями воспитанников; приложениями, содержащими картотеку упражнений, конспекты НОД, атрибутами для кинезиологических игр; флэшки с видео-комплексом кинезиологических упражнений, выполненных веселым клоуном Клепой.

Авторская книга предназначена для детей старшего дошкольного возраста, так как основы межполушарного развития формируются к семи годам. Пособие может применяться в групповой и индивидуальной работе педагога с воспитанниками. А видео – цикл создан для совместной деятельности детей и их родителей в домашних условиях.

Современные условия жизни и работы с родителями (с учетом эпидемиологической обстановки в мире) послужили толчком для освоения нами технологии дистанционного обучения (получение образовательных услуг без посещения учебного заведения, с помощью современных систем телекоммуникаций, таких как электронная почта, телевидение и Интернет).

Электронная часть книги активно применяется в работе с родителями на данном этапе.

Введение

Актуальность

Одной из основных проблем в современном обществе стало формирование здоровья детей. Закладывается оно именно в дошкольном возрасте. Именно полноценное, здоровое развитие детского организма позволяет ребенку соответствовать всем требованиям условий жизни, воспитания в семье и социуме. Соответственно, оптимизация оздоровительной деятельности в дошкольном образовании, стала одной из основных задач, в условиях реализации ФГОС ДО.

Здоровьесберегающие технологии – это технологии, направленные на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования, задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья детей, педагогического состава ДОО и родителей.

Кинезиологию относят к здоровьесберегающей технологии, позволяющей успешно выявлять скрытые способности ребенка, делать шире границы возможностей мозга.

Именно с учетом принципов, целей и задач кинезиологии, создана авторская книга «Развивашки с Клепой».

Новизна

Авторская книга «Развивашки с Клепой» является продуктом совместной деятельности воспитанников, их родителей и педагогов. Методическая разработка состоит из двух частей: печатной и электронной. Веселый клоун Клепа становится объединяющим звеном между ними. Он увлекает детей в игру, приглашает в захватывающее путешествие. Незаметно для себя, развлекаясь, ребята осваивают необходимые кинезиологические навыки, начинающиеся с простых, постепенно усложняющиеся, доходящие до более высокого уровня сложности. Видео материал доступен для каждого из родителей. Достаточно сфотографировать QR –код, и вы попадете в мир Клепы. Этот вариант книги не является окончательным: каждый ребенок может стать соавтором. В физкультурном зале нашего детского сада находится почтовый ящик Клепы. Туда можно опустить письмо или рисунок со своими пожеланиями, просьбами, мечтами, заявками на маршруты новых путешествий.

Педагогическая целесообразность

Позволяет дополнить педагогическую копилку новыми играми, несущими в себе важное коррекционно-развивающее значение. Делает родителей и воспитанников непосредственными участниками процесса и его авторами.

«Развивашки с Клепой» - это авторская книга, созданная на основе принципов кинезиологии. Кинезиология - это наука о развитии умственных способностей и физического здоровья с помощью специальных двигательных упражнений. Точнее, наука о развитии головного мозга через движение,

способствующее активизации межполушарного взаимодействия. Интересный факт - комплексами таких движений пользовались Гиппократ и Аристотель.

Современная кинезиология преследует цель – активизировать разные отделы мозга больших полушарий для улучшения физического здоровья детей и их умственных и психических способностей, пробудить скрытые возможности дошкольников.

Основной целью кинезиологии является развитие межполушарного взаимодействия, которое способствует активизации мыслительной деятельности.

Задачи развития межполушарной специализации:

- синхронизировать работу полушарий;
- развить мелкую моторику;
- развить память, внимание, речь;
- развить мышление.

Как всему нашему организму в целом, мозгу тоже необходима гимнастика. Мозг начинает свое развитие еще в период внутриутробного формирования ребенка и продолжает этот процесс уже после его рождения. Он состоит из двух полушарий (левого и правого), выполняющих разные функции, находящихся в постоянном взаимодействии и дополнении.

Физиологические исследования показали, что правое полушарие головного мозга – гуманитарное, образное, творческое – отвечает за тело, координацию движений, пространственное зрительное и кинестетическое восприятие. Левое полушарие головного мозга – математическое, знаковое, речевое, логическое, аналитическое – отвечает за восприятие слуховой информации, постановку целей и построений программ. Полушария связаны друг с другом системой нервных волокон (мозолистое тело), что обеспечивает их единство.

Мозолистое тело состоит из двухсот миллионов нервных волокон и расположено в теменно-затылочной части головного мозга. Именно от его работы зависит передача информации из одного полушария в другое. Его нарушение влечет за собой сбой в познавательной деятельности ребенка (ведущее полушарие перегружено, а второе полушарие заблокировано).

Основное развитие межполушарных связей происходит именно в дошкольном возрасте (у девочек до 7-ми лет у мальчиков к 8-ми годам). Начинается оно с развития движений пальцев и тела. Именно этому способствует кинезиология! Выполнение кинезиологических упражнений способствует развитию межполушарных взаимодействий, снятию произвольных, непреднамеренных движений и мышечных зажимов, расслаблению, снятию напряжения. «Любая мысль заканчивается

движением!» (И.П.Павлов). Подмечено, что многие люди повторяют определенные действия (стучат пальцами и карандашом по столу, покачивают ногой и т.д.) в моменты мыслительной деятельности. Вся кинезиология базируется именно на двигательной активности.

Кинезиологические упражнения должны быть простыми, понятными и доступными для детей, доставлять удовольствие в процессе выполнения, тогда будет достигнут результат (улучшение мыслительной деятельности, взаимосвязь полушарий, восстановление речевых функций).

Кинезиологические упражнения способствуют:

- улучшению чувства ритма; развитию равновесия и координации движения в целом;
- снижению утомляемости и продуктивности деятельности;
- улучшению общего эмоционального настроения.

Основная часть

Цели:

- внедрение методической разработки, авторской книги «Развивашки с Клепой», в воспитательно – образовательный процесс.
- организация самостоятельной и совместной игровой деятельности старших дошкольников;
- вовлечение родителей в процесс совместной игровой деятельности с их детьми.

Задачи:

- повышать уровень общительности детей; уменьшать подверженность стрессу;
- формировать уверенность в собственных силах и желание проявлять творческие способности;
- увеличивать физическую активность детей (подвижность конечностей, чувство равновесия, умение выполнять симметричные и асимметричные движения);
- развитие любознательности и самостоятельности детей в различных видах деятельности;
- развитие творческого начала, умения импровизировать, фантазировать;
- способствовать повышению работоспособности, снижению утомляемости;
- способствовать лучшему развитию памяти, общей и мелкой моторики.

К идее создания такой книги, как «Развивашки с Клепой», нас подтолкнуло следующее событие. В подготовительной группе на музыкальном занятии мы вспоминали с ребятами виды театров. Воспитанники оживились, когда заговорили про театр марионеток. Дети отметили, что эти куклы так похожи на людей! Ребята с удовольствием пробовали управлять марионеткой, которую принес педагог на занятие. И тут один из воспитанников спросил: «А как работают наши руки и ноги? Их тоже надо за веревочку дергать?» Все сначала рассмеялись, а потом задумались. Тогда самая деятельная девочка в группе предложила: «А давайте узнаем, как устроено наше тело подробнее!» Ребята согласились. Они наперебой стали называть возможные источники информации: прочитать об этом в энциклопедии, посмотреть мультфильм, расспросить взрослых. Дети решили, что соберут информацию и поделятся ею со всеми. Весь следующий день шел научный обмен! Один из ребят не успел рассказать то, что хотел. Чтобы ничего не забыть, он решил нарисовать рисунок – напоминание. Его друг глянул на листок и сказал, что это настоящая страница из книги. Ребята у нас очень активные и находчивые. Сразу возникла идея создать свою книгу! Педагоги, конечно начинание поддержали! Так стартовал процесс создания нашей книги.

Общим голосованием, ребята решили, что это будет книга со сказочным сюжетом. Значит, как и в любой сказке, должен быть главный

герой. После долгих споров и обсуждений, дети доверили эту роль веселому клоуну Клепе. Вместе ребята придумали и приключения, и путешествия для него. Клепа стал и главным героем видео – книги для родителей.

Сказка про Клепу



В некотором царстве, не в заморском, а в нашем государстве, жил веселый клоун Клепа. Он много путешествовал с цирком. Побывал с представлением в разных странах! В Африке - цирк останавливался в пустыне, где Клепа познакомился с необыкновенными животными, в джунглях приобрел много друзей.

Выступал Клепа и в оперном театре. Там он попробовал стать дирижером. Довелось ему даже побывать на дне морском и полететь на облаке. И везде, где он бывал, Клепа узнавал много нового и интересного. Особенно ему понравились игры – развивашки, которые заставили работать руки, ноги и голову. И тогда Клепа решил, поделится своими знаниями с новыми друзьями. Ты готов стать другом Клепы? Если Да, тогда вперед за новыми знаниями и умениями.



Приступая к реализации нашей с детьми идеи, мы решили, с помощью анкетирования (Приложение №14), узнать, что родители думают по этому вопросу. Выяснилось, что родители воспитанников хотели бы уделить больше внимания психоэмоциональному и психофизическому состоянию их детей. Некоторых беспокоит повышенная тревожность, детская эмоциональная нестабильность и возбудимость. Педагоги получили поддержку в своем начинании и уверенность в его необходимости и востребованности. Родители выразили готовность помочь. В процессе создания авторской книги, они принимали активное участие в изготовлении тренажеров, в оформлении страниц книги совместно со своими детьми.

При создании книги были применены следующие педагогические технологии:

- здоровьесберегающая технология (книга основана на принципах кинезиологии, которая способствует сохранению здоровья ребят, как физического, так и психологического);
- технологии коррекционной направленности (снятие физического напряжения; создание положительного психологического и эмоционального фона (арт- и сказко- терапии);
- информационные технологии (видео – книга, доступ к которой может получить каждый, воспользовавшись QR-кодом; живые ссылки на видео-материал).
- продуктивное взаимодействие (ребенок – инициатор, творец; педагог – партнер);
- индивидуальный подход (в книге, каждый ребенок найдет для себя интересное и доступное в выполнении упражнение, задание; сможет выполнить его в любое время, по желанию);
- игровая технология (с первых страниц книги ребенок попадает в сказку, становится непосредственным участником приключений, путешествий и игр вместе с веселым клоуном Клепой);
- ТРИЗ (книга учит самостоятельности, стимулирует тягу к познавательной деятельности).

Авторская книга «Развивашки с Клепой» подходит для индивидуальной работы с воспитанниками, для работы с подгруппами и группами детей. И что не маловажно, родителей с детьми (видео – книга). Данная книга нацелена на детей старшего дошкольного возраста.

Кинезиологические упражнения можно **разделить на следующие виды:**

Дыхательные упражнения (способствуют нормализации биоритмики всего организма, развивают самоконтроль).

Глазодвигательные упражнения (расширяют поле зрения, улучшают зрительное восприятие).

Растяжки (нормализуют неконтролируемое напряжение мышц – гипертонус и неконтролируемую вялость мышц - гипотонус).

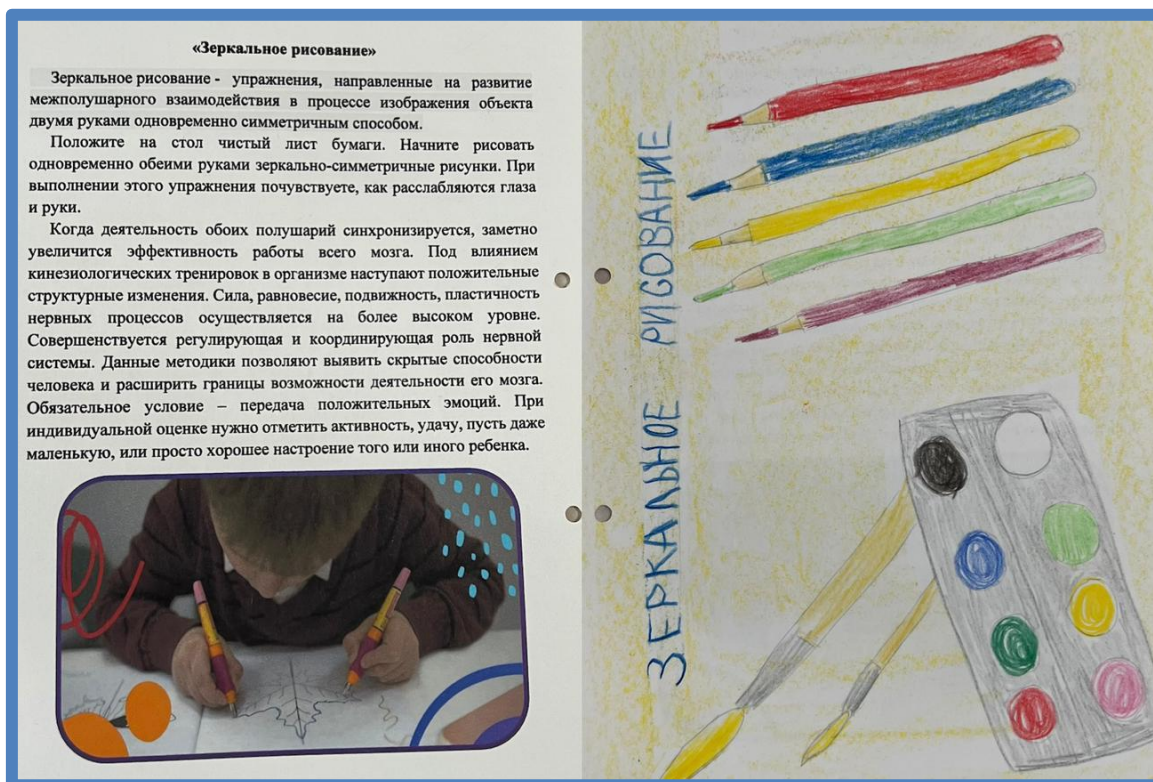
Однонаправленные и разнонаправленные движения глаз и языка (улучшают взаимодействие правого и левого полушарий).

Основываясь на, изложенном выше, разделении на виды, мы пришли к следующему построению данной методической разработки.

Классификация упражнений соответствует наполнению книги:

Первая группа – это упражнения, пересекающие среднюю линию тела (повышается синхронизация работы двух полушарий);

Пример: перекрестные шаги, перекрестное марширование, двойное рисование, зеркальное рисование.



Приложения №1-№6 включительно

Вторая группа – это энергетические упражнения (повышают скорость протекания межклеточных нервных процессов в головном мозге);

Пример: различные массажи, дыхательные упражнения, гимнастики для глаз.

Страница книги **№ 19** - это папка с тренажерами для дыхательной гимнастики (изготовлены родителями совместно с детьми).




Страницы книги, созданные детьми.




«Нырляльщик»

ИП – стоя. Вдыхаем побольше воздуха, задерживаем дыхание, закрываем нос пальцами, приседаем, имитируя «нырок» пловца. Стараемся не выдыхать, пока не досчитаем до «5». Затем, открываем нос и делаем выдох.






«Надув шарик»

ИП - лежа на спине. Расслабляем мышцы живота, начинаем вдыхать воздух, надувая живот. В этот момент представляем, что внутри нас надувается воздушный шарик. Задерживаем дыхание. Затем, делаем выдох, втягивая живот как можно сильнее.



«Облако дыхания»

Исходное положение – стоя, руки опущены. Делаем медленный вдох через нос, надуваем животик, руки перед грудью. Медленный выдох через рот, одновременно рисуем круг симметрично обеими руками. Стараемся распределить воздух на весь круг, повторяем три раза. Теперь нарисуем квадраты и треугольники.

Страница, содержащая описание дыхательных упражнений и конверт с атрибутами для них.

Дыхательные упражнения

Дыхательные упражнения улучшают ритмику организма, развивают самоконтроль и произвольность.

«Свеча»

ИП – сидя за столом. Перед нами воображаемая большая свеча (или изображение свечи), давайте попробуем ее задуть. Для этого, наберем побольше воздуха и сильно выдохнем. А следующим заданием будет предложение задуть несколько маленьких свечей. Делаем глубокий вдох и выпускаем воздух небольшими порциями.





Страницы с гимнастикой для глаз. С тренажерами для упражнений, со схемами.

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 восьмерка»

Вытянуть перед собой правую руку на уровне глаз, пальцы сжать в кулак, оставив средний и указательный пальцы вытянутыми. Нарисовать в воздухе горизонтальную восьмерку как можно большего размера. Рисовать начинать с центра и следить глазами за кончиками пальцев, не поворачивая головы. Затем подключить язык, т.е. одновременно с глазами следить за движением пальцев, хорошо выдвинутым изо рта язычком.



«Глаз – путешественник».

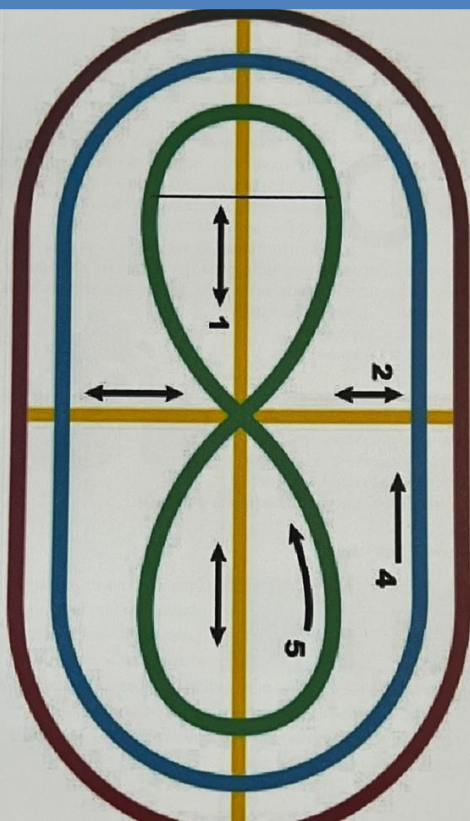
Развесить в разных углах и по стенам класса различные рисунки игрушек, животных и т.д. Исходное положение – стоя. Не поворачивая головы найти глазами тот или иной предмет названный взрослым.

Гимнастика для глаз.



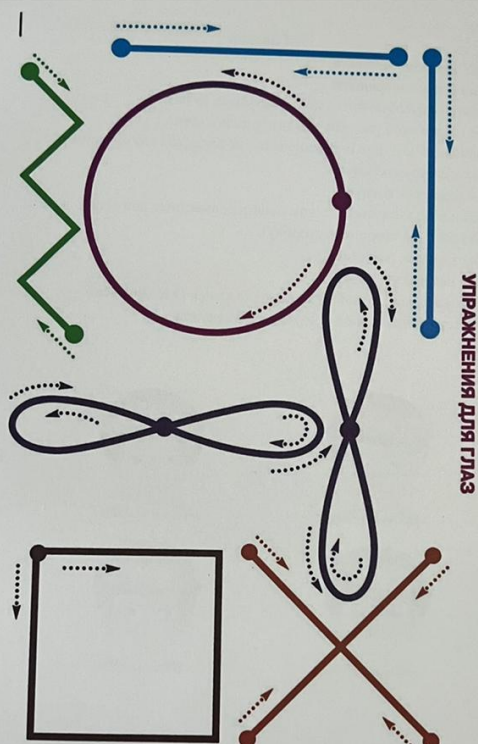
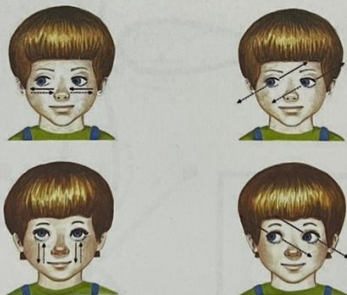
Сделайте плакат-схему зрительно-двигательных траекторий максимальной возможной величины. На ней

с помощью специальных стрелок обозначены основные направления, по которым должен двигаться взгляд в процессе выполнения упражнения: вниз, влево, вправо, по часовой стрелке и против нее. Упражнение выполняется только стоя.



«Глазки»

Чтобы зоркость не терять,
Нужно глазами вращать.
Вращать глазами по кругу по 2-3 секунды. (6 раз)
Зорче глазки чтоб глядели, разотрем их поскорее.
Массировать верхние и нижние веки, не закрывая глаз. (1 мин.)
Нарисуем большой круг
И осмотрим все вокруг.
Глазами и выдвинутым язычком делать совместные движения, вращая их по кругу (из стороны в сторону).
Чтобы зоркими нам стать,
Нужно нам глаза нажатъ.
Тремя пальцами каждой руки легко нажать на верхние веко соответствующего глаза и держать 1-2 секунда.



Видео – материал с комплексами гимнастик для глаз (флэшшка).

Страницы, изготовленные руками детей: «Осень», «Зима», «Весна», «Лето», «Найди животных», «Рыбки», «Новый год», «Путешественники», «Грибы да ягоды», «В гости к кошке».

Приложение №7

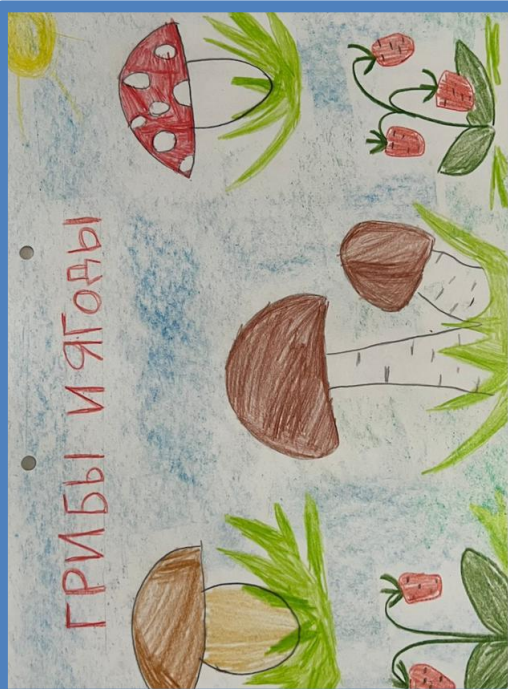
«Весна»

Приходи к нам весна красная. (третью ладошку друг о друга)
Приводи к нам солнце ясное. (поочередно зажимаем и разжимаем кулачки)
Пусть птички летают, («птица» из двух скрещенных рук)
Цветы расцветают. (сложить ладоши в «бутон», имитируем раскрытие цветка)
Проснулся медведь, (потянуться руками вверх, сделать круговое движение)
Начал громко реветь. (стучим поочередно кулачками по столу)
С радостью весну встречаем.
Ее месяцы мы знаем: (хлопаем в ладоши)
Март, апрель, май! (кулак, ребро, ладонь)



«Грибы да ягоды»

Я в лесу нашел грибок, а сорвать его не смог. (ладонь одной руки лежит на кулаке другой)
Дождь грибочек поливал, (пальцы ласково глядят по щекам)
И грибочек подрастал. (руки сцепляем пальцами, постепенно увеличивая круг)
Ягодка росла в лесу, я домой ее несу. (кулак одной руки лежит на ладони другой (меняем))
Солнце ягодку согрело, (поочередно зажимаем и разжимаем кулачки)
Наша ягодка поспела. (руки сцепляем пальцами, постепенно увеличивая круг)



«Новый год»

Наступает Новый год! (хлопаем в ладоши)
Дети водят хоровод. (пальцы кистей сцеплены в замок, круговые движения)
Висят на елке шары, (соединяем пальцы на двух руках, образуя шар фонарики)
Светятся фонарики. Вот сверкают льдинки, кружатся снежинки (поочередно разжимаем и сжимаем кулачки)
В гости дед Мороз идет, всем подарки он несет. (пальцы шагают по рукам поочередно)
Чтоб подарки посчитать,
Будем пальцы загибать:
1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10. (по очереди массируем каждый палец)
Ура! Много подарков. (протираем ладошки, показываем класс)



«Зима»

Пришла зима, (трет ладошки друг о друга)
Принесла мороз. (пальцами массируем плечи, предплечья) Пришла зима, (трет ладошки друг о друга)
Замерзает нос. (ладонью массируем кончик носа)
Снег, (плавные движения ладонями)
Сугробы, (кулаки стучат по столу попеременно)
Гололед. (ладони шоркают по столу разнонаправлено)
Все на улицу — вперед! («бегут» пальцы по столу)
Зиму радостно встречаем.
Зимний месяц называем. (хлопаем в ладоши)
Декабрь, Январь, Февраль. (кулак, ребро, ладонь)



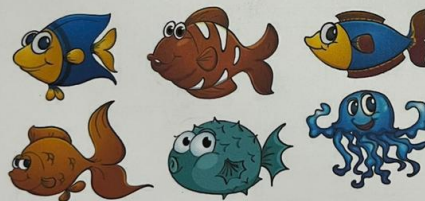
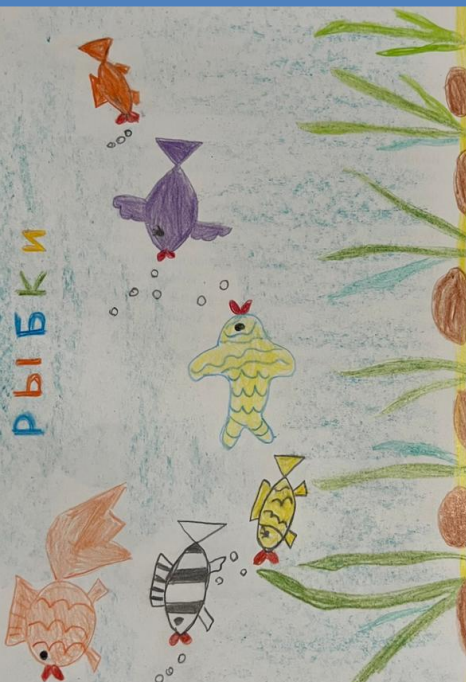
«Осень»


Осень, осень, (трём ладошки друг о друга)
Приходи! (зажимаем кулаки по очереди)
Осень, осень, (трём ладошки друг о друга)
Погляди! (ладони на щеки)
Листья жёлтые кружатся, (плавное движение ладонями)
И на землю все ложатся, (ладони гладят по коленям)
Солнце нас уже не греет, (сжимаем и разжимаем кулаки по очереди)
Ветер дует все сильнее, (синхронно наклоняем руки в разные стороны)
К югу полетели птицы, («птица» из двух скрещенных рук)
Дождик к нам в окно стучится, (барабанить пальцами то по одной, то по другой ладони)
Шапки, куртки надеваем (имитируем)
И ботинки обувает (топаем ногами)
Осенние месяцы мы знаем,
Дружно все их называем. (хлопаем в ладоши)
Сентябрь, и Октябрь, и Ноябрь. (кулак, ребро, ладонь)



«Рыбки»


Рыбки, рыбки, где вы, где? Ребро одной - ладошки на щеке, другой - на лбу (меняем)
Рыбки плавают в воде. Соединить ладошки, имитируем плывущую рыбку
Вы плывете, рыбки, сами? Делаем круговые движения руками.
Машете вы плавниками. Прямые руки поднимаем вверх и вниз, меняем.
Рыбки, рыбки, вы не спите. Складываем руки под щеку
Вы плывите! Вы плывите! Делаем круговые движения руками
Дети вместе со взрослым договаривают последние слова двустипшия.
Потом, под музыку изображают плавающих рыб. По сигналу взрослого замирают, приняв определенную позу, которая заранее оговаривается.
Рыбка — стоять ровно, ладошки соединить и изображать «плавающую» рыбку руками. Ночь — присесть на корточки, закрывают глаза, две сложенные руки ладошками под щеку. Червячок — ровно встать, поднять руки, сложенные ладошками - вверх.





«Лето»

Лето, лето, приходи! (трет ладони друг о друга)
 Солнце светит яркое, (поочередно зажимаем и разжимаем кулачки)
 Погода стоит жаркая. (вытираем ребром ладони лоб)
 В море мы купаемся, (изображаем волну)
 За бабочкой гоняемся. (скрепляем руки, «бабочка»)
 Лето любит детвора, (хлопаем в ладоши)
 Летним месяцам Ура!
 Июнь, июль, август. (кулак, ребро, ладонь)



«Найди животных»

Мы тихонько в лес зайдем. Шагаем на месте
 Что же мы увидим в нем? Одна ладонь закрывает глаз, вторая — ухо (меняем)
 Там деревья подрастают, к солнцу ветки направляют. Поочередно поднимаем руки вверх.
 Тики-ти, тики-ти, Ударяем кулачком по ладошке, (меняем)
 Животных мы хотим найти. Одна рука — ребро на лбу, вторая рука — ребром на щеке (меняем)
 Эй ребята не зевайте.
 Животных леса называйте. Ударяем кулачком по ладошке, (меняем)

Варианты игры.



В жарких странах оказались, Шагают с высоким подниманием колен
 Очень долго удивлялись. Поднимаем плечи вверх
 Раз, два, три 5 животных назови. Ударяем кулачком по ладошке, (меняем), называя животных.

Мы в деревне оказались, Шагаем
 Очень долго удивлялись. Поднимаем плечи вверх
 Раз, два, три 3 животных назови. (числительное может меняться)
 Ударяем кулачком по ладошке, (меняем) Дети называют домашних животных






«Клепа путешественник»

Уже круг, шире круг.
 Видим руки - нет рук.
 Упражнение начинаем, руки выше поднимаем.
 Кулачки зажали.
 Тихо посчитали: 1, 2, 3, 4, 5.
 Ручки могут отдыхать.
 Улыбнулись, рассердились, очень сильно удивились.
 Оказались за рулем.
 Мы машину вдалеке ведем.
 Крепко руль держали.
 Ехали — устали.
 Улыбнулись, рассердились, очень сильно удивились.
 На корабль мы попали, волны сильно нас качали.
 Чтоб случайно не упасть, ноги нужно напрягать.
 1, 2, 3, 4, 5. Ноги могут отдыхать.
 Улыбнулись, рассердились, очень сильно удивились.
 Вот мы на велосипеде - едем, едем, едем, едем.
 Все проехали дороги.
 Отдыхают наши ноги.
 Улыбнулись, рассердились, очень сильно удивились.
 Набежала черная туча - мы глаза зажмурим лучше.
 Все лицо мы напрягаем, теперь спокойно отдыхаем.
 Улыбнулись, рассердились, очень сильно удивились.
 Дождь пошел и сильный ветер - задрожали наши дети.
 Все наше тело в напряжении, очень трудно без движенья.
 1, 2, 3, 4, 5 - Теперь мы можем отдыхать.
 Всем, конечно, очень нравится - сесть (лечь), глаза закрыть, расслабиться.

«В гости к кошке»

Позвала нас в гости кошка, (ладони на щеках, качаем головой)
 И пошли мы по дорожке, (пальцы «шагают» по столу)
 Топ-топ, (ладони хлопают по столу)
 Прыг-прыг, (кулачки стучат по столу)
 Чики-брики, (ладони хлопают поочередно по столу)
 Чики-брик, (кулачки стучат поочередно по столу)
 Видим дерево высокое, (наставляем кулачки друг над другом)
 Видим озеро глубокое, (волнообразные движения кистями)
 Топ-топ, (ладони хлопают по столу)
 Прыг-прыг, (кулачки стучат по столу)
 Чики-брики, (ладони хлопают поочередно по столу)
 Чики-брик, (кулачки стучат поочередно по столу)

Третья группа— это растягивающие упражнения (расслабление мышц, снятие стресса);

Пример: различные скручивания и повороты с растяжками.

Страницы, выполненные руками детей: «Снеговик», «Дерево», «Тряпичная кукла и солдат», «Робот»

Упражнения для релаксации

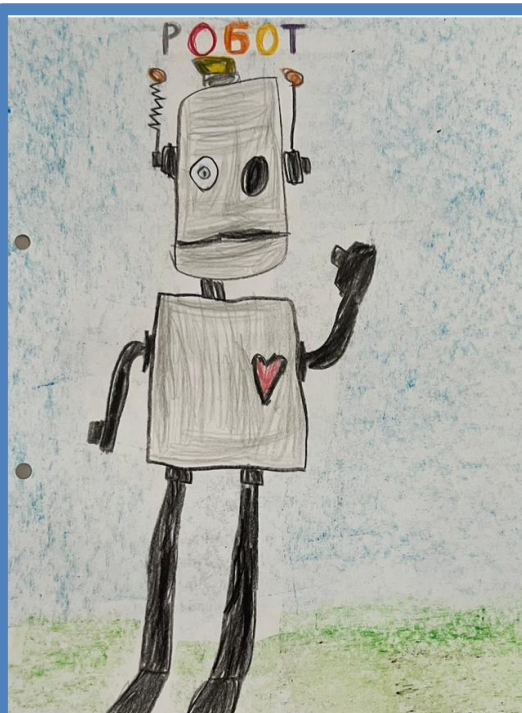
У детей дошкольного возраста отмечается высокий уровень мышечного напряжения. Особенно он высок в области рук, лица, шеи, плеч, грудной клетки и живота. Такие дети нуждаются в мышечной релаксации. Релаксационные упражнения лучше проводить под спокойную музыку. Регулярное выполнение таких упражнений делает ребенка более спокойным, уравновешенным. Упражнения способствуют расслаблению и снятию напряжения.

В результате ребенок лучше владеет собой. Данные упражнения позволяют ребенку овладеть навыками саморегуляции и сохранить более ровное эмоциональное состояние.

«Снеговик»



Представьте, что каждый из вас только что слепленный снеговик. Тело твердое, как замерзший снег. Пришла весна, пригрело солнце, и снеговик начал таять. Сначала «тает» и повисает голова, затем опускаются плечи, расслабляются руки и т. д. В конце упражнения ребенок мягко падает на пол и изображает лужицу воды. Необходимо расслабиться.



«Перекрестное маршрутирование»



Любим мы маршрутировать,
Руки, ноги поднимать.

Нужно шагать, высоко поднимая колени попеременно касаясь правой и левой рукой по противоположной ноге. Сделать 6 пар движений. Затем, шагать касаясь рукой одноименного колена. Сделать 6 пар движений. Закончить касаниями по противоположной ноге.

«Робот»

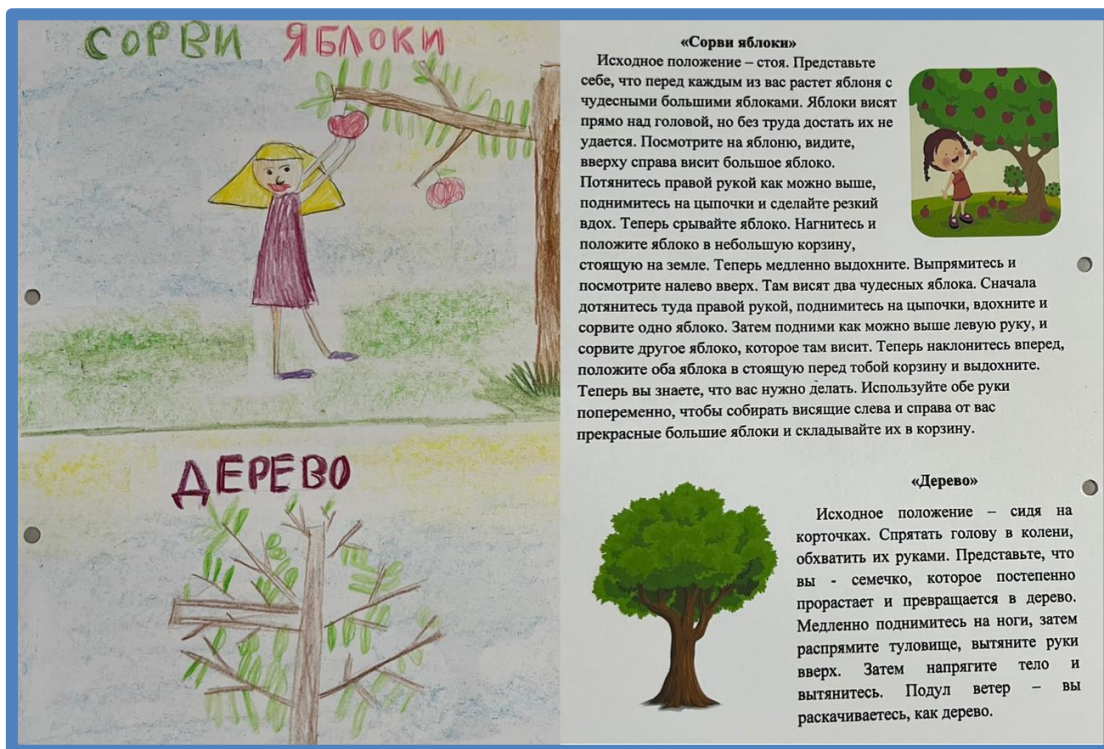
Встать лицом к стене, ноги на ширине плеч, ладони лежат на стене на уровне глаз. Передвигаться вдоль стены вправо, а затем влево приставными шагами, руки и ноги должны двигаться параллельно, а затем передвигаться, используя противоположные руки и ноги.



«Колено – локоть»



Стоя. Поднять и согнуть левую ногу в колене, локтем правой руки дотронуться до колена левой ноги, затем тоже с правой ногой и левой рукой. Повторить упражнение 8–10 раз.

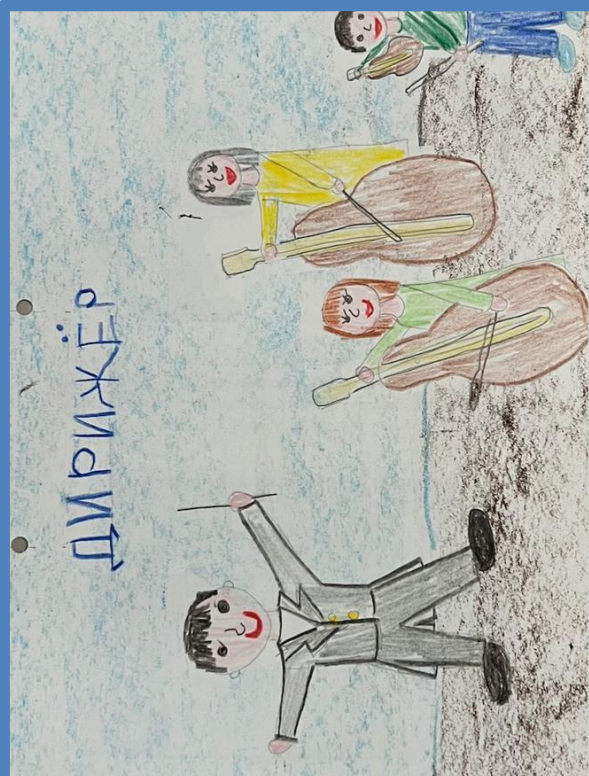


Приложения №8, №9 и № 10

Четвертая группа – это упражнения для повышения позитивного мышления (снятия нервной возбудимости, увеличение способности к стрессоустойчивости в различных ситуациях).

Пример - релаксационные упражнения: у большинства дошкольников мышечное напряжение достигает высокого уровня (руки, лицо, шея, плечевой пояс). Снизить его помогут упражнения, направленные на релаксацию. Наибольшему эффекту способствует их проведение с музыкальным сопровождением. Если выполнять эти упражнения регулярно, можно достигнуть большего спокойствия, уравновешенности, самоконтроля и саморегуляции поведения у детей.



Страницы, изготовленные руками детей: «Дирижер» и «Путешествие на облаке»

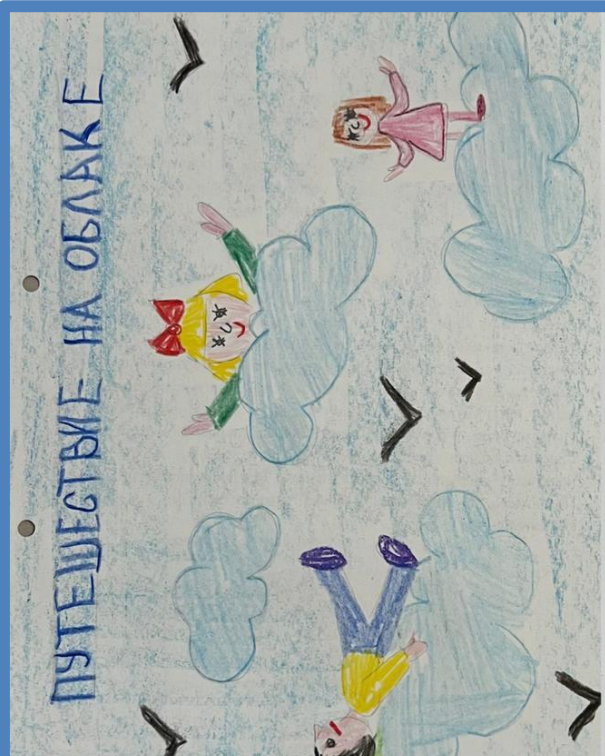


ДИРИЖЁР

«Дирижер»

Встаньте, потянитесь и приготовьтесь слушать музыку, которую я сейчас включу. Сейчас мы будем не просто слушать музыку – каждый из вас представит себя дирижером, который руководит большим оркестром (включается музыка) Если хотите, можете слушать с закрытыми глазами. Вслушайтесь в музыку и начинайте в такт ей двигать руками, как будто вы управляете оркестром. Двигайте теперь еще и локтями и всей рукой целиком... Вы можете гордиться тем, что у вас такой хороший оркестр! Сейчас музыка кончится. Откройте глаза и устройте себе самому и своему оркестру бурные аплодисменты за столь превосходный концерт.







ПУТЕШЕСТВИЕ НА ОБЛАКЕ

«Путешествие на облаке»

Сядьте удобнее и закройте глаза. Два – три раза глубоко вдохните и выдохните... Я хочу пригласить вас в путешествие на облаке. Прыгните на белое пушистое облако, похожее на мягкую гору из пухлых подушек. Почувствуй, как ваши ноги, спина, попка удобно расположились на этой большой облачной подушке. Теперь начинается путешествие. Облако медленно поднимается в синее небо. Чувствуете, как ветер овеивает ваши лица? Здесь, высоко в небе, все спокойно и тихо. Пусть облако перенесет вас сейчас в такое место, где вы будете счастливы. Постарайтесь мысленно увидеть это место как можно более точно. Здесь вы чувствуете себя совершенно спокойно и счастливо. Здесь может произойти что – нибудь чудесное и волшебное... Теперь вы снова на своем облаке, и оно везет вас назад, на ваше место в группе. Слезьте с облака и поблагодарите его за то, что оно так хорошо вас покатило. Теперь наблюдайте, как оно медленно растает в воздухе. Потянитесь, выпрямитесь и снова будьте бодрыми, свежими и внимательными.



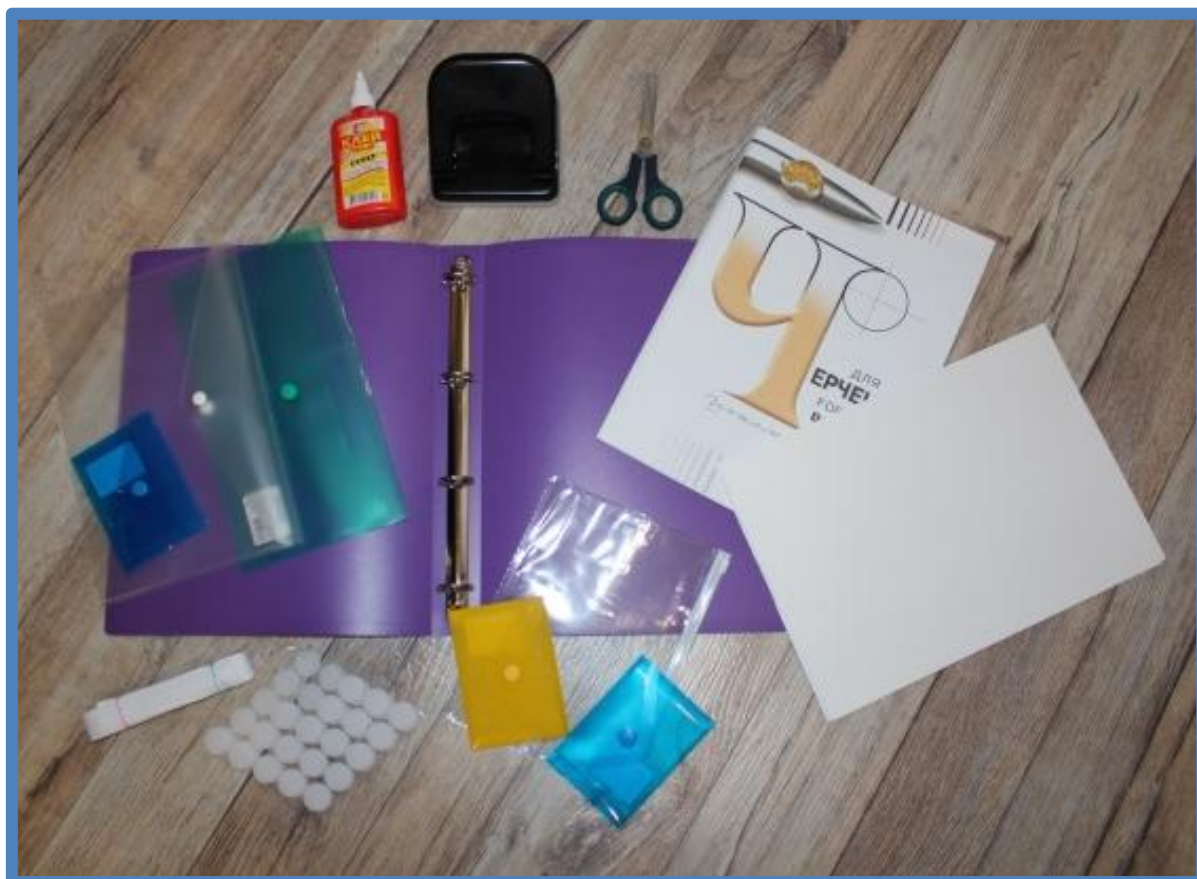
Для повышения результативности, необходимо соблюдение следующих условий:

- систематическое выполнение упражнений (ежедневно);

- начинать с простых пальчиковых игр, постепенно повышая уровень сложности;
- оптимальное время для проведения – утро;
- должна царить доброжелательная атмосфера;
- следить за точностью выполнения упражнений;
- продолжительность занятий по одному комплексу упражнений должна составлять не менее двух недель;
- использовать музыкальное сопровождение.

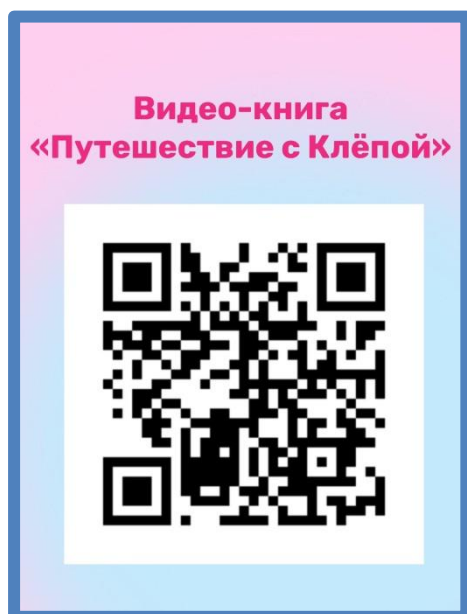
Используемые приемы и материалы

Для изготовления авторской книги «Развивашки с Клепой» мы использовали: папку с кольцами; набор карманов – конвертов разных размеров (с кнопками); ножницы; картон; ламинатор; фломастеры; цветные и простые карандаши; клей.





Для создания второй части книги (видео-цикл с Клепой) понадобились навыки оператора и соответствующее оборудование. А так же, владение обработкой отснятого видео материала в приложениях InShot, Базарт. Для размещения материала мы воспользовались облачным хранилищем «Яндекс. Диск». Смогли обеспечить свободный доступ к материалу по ссылке, сгенерированной в QR-код. К книге прилагается флэшка (16GB), содержащая весь видео материал, включающий комплексы зарядок для глаз, кинезиологические упражнения, мультфильмы о строении организма, фонотеку, т.е. все, что пригодится педагогам и родителям в совместной деятельности с ребятами.



Все материалы, используемые при изготовлении книги, безопасны, что позволяет этот процесс превратить в интересную совместную работу взрослых и детей.

Элементы данной разработки фиксируются в папке с помощью скоросшивателя, поэтому они достаточно мобильны, их можно снимать, переставлять, убирать и добавлять.

Заключение

Мы считаем, что поставленные цели, достигнуты. Работа над данной книгой увлекла детей, педагогов и родителей воспитанников, сплотила их, сделала равноценными партнерами. В процессе игр, выполнения кинезиологических упражнений, дети стали более внимательными и сосредоточенными. Улучшилась их координация и умение ориентироваться в пространстве. Многим воспитанникам удалось снизить уровень зажатости и психо-эмоциональной напряженности. Ценно, что нашу книгу стали внедрять в образовательный процесс педагоги других групп. Большой популярностью пользуется видео – часть пособия.

Авторская книга «Развивашки с Клепой» - источник всевозможных идей для дальнейшего самостоятельного творческого процесса детей, их партнерского взаимодействия с родителями и педагогами, как в детском саду, так и в домашних условиях. Используя почтовый ящик Клепы, каждый ребенок сможет принять участие в пополнении содержания книги. А педагоги, основываясь на анализе запросов детей, их пожеланиях и инициативе, смогут внести коррективы в воспитательно – образовательный процесс, сделав его интереснее, доступнее, красочнее, насыщеннее.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Васенков, Г.В. Развиваем мелкую моторику и координацию движений рук / Г.В. Васенков, И.Е. Светлова – М.: Образование, 2005. – 11 с.
2. Голомазов, С.В. Кинезиология точностных действий человека / С.В. Голомазов - М: Спорт Академ Пресс, 2003. – 28 с.
3. Грибанов, А.В. Синдром дефицита внимания с гиперактивностью у детей / А.В. Грибанов – М.: Просвещение, 2004. – 21 с.
4. Деннисон Пол, Е. «Гимнастика мозга» книга для учителей и родителей / Е. Деннисон Пол – СПб.: ИГ «Весь», 2015. – 320 с.
5. Москвин, В.А. Межполушарная асимметрии и индивидуальные стили эмоционального реагирования / В.А. Москвин // Вопросы психологии. – М.: Знание, 2008. - № 6. – С. 12-13.
6. Мещеряков, Б.Г. Большой психологический словарь / Б.Г. Мещеряков, В.П. Зинченко – М.: Просвещение, 2006. – 21 с.
7. Немов, Р.С. Психология / Р.С. Немов – М.: Просвещение ВЛАДОС, 2011. – 576 с.
8. Светлова, И.Е. «Развиваем мелкую моторику и координацию движений рук» / И.Е. Светлова – М.: Знание, 2004. – 11 с.
9. Сиротюк, А.Л. Коррекция проблем обучения и развития методом кинезиологии / А.Л. Сиротюк – М.: Аркти, 2003. – 54 с.
10. Сиротюк, А.Л. Коррекция развития интеллекта дошкольников. / А.Л. Сиротюк – М: ТЦ Сфера, 2008. – 2 с.
11. Узорова О.В., Нефёдова Е.А. Игры с пальчиками. М, 2002 г.
12. mirknig.com/knigi/estesstv_nauki/page/5/
13. Интеллект: определение и классификация [Электронный ресурс] / [w.w.w. syntone.ru](http://w.w.w.syntone.ru)

Дидактическая игра « Разноцветные дорожки»

Цель: Развитие воображения, образного мышления, внимания, координации движения.

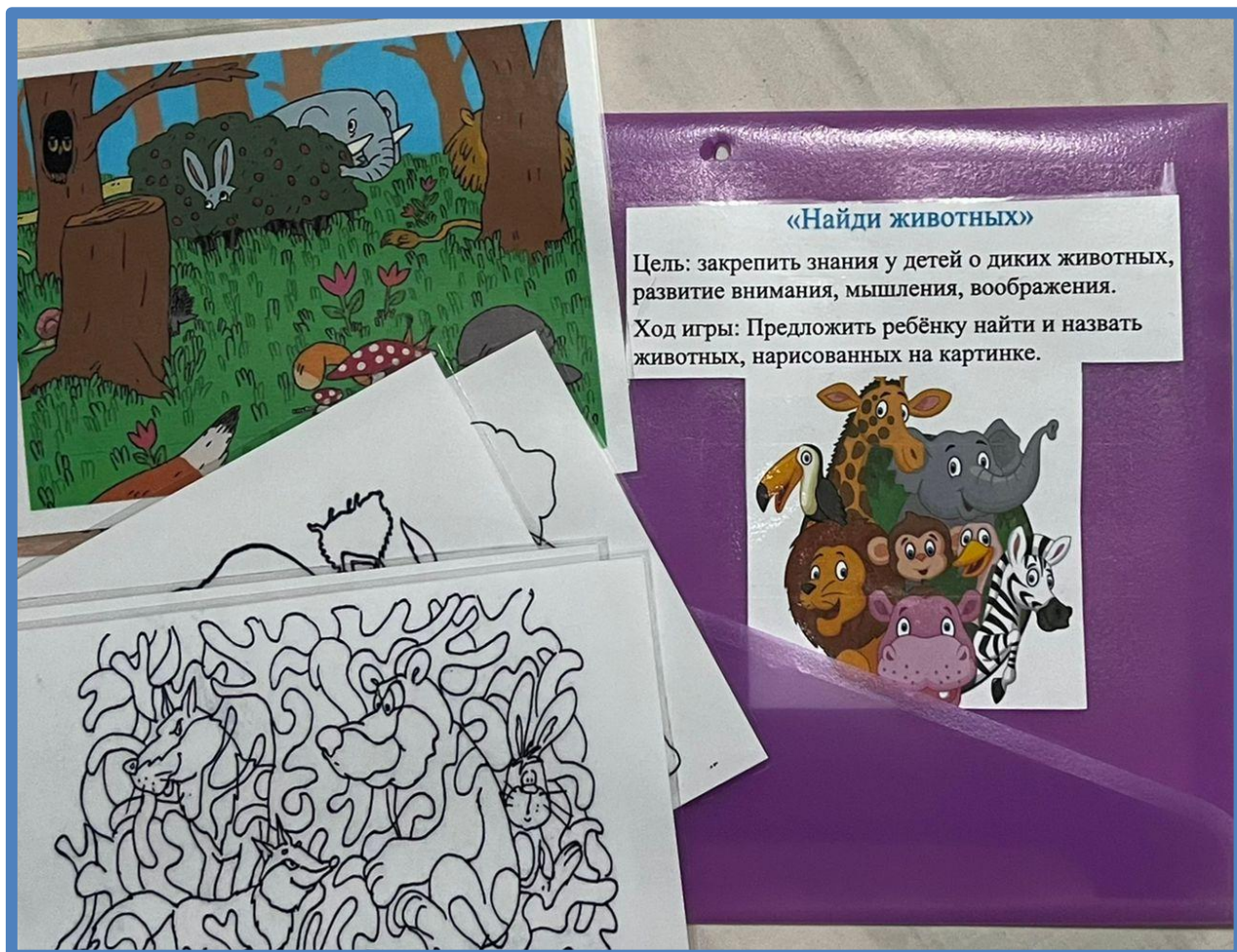
Ход игры: участник игры выкладывает любую, понравившуюся ему схему, и прыгает по ней. Если играют 2 и более детей, можно устроить соревнование.



Дидактическая игра «Найди животных»

Цель: закрепить знания детей о диких и домашних животных; продолжить развивать внимание, мышление, воображение.

Ход игры: детям предлагается найти и назвать животных, нарисованных на картинке.

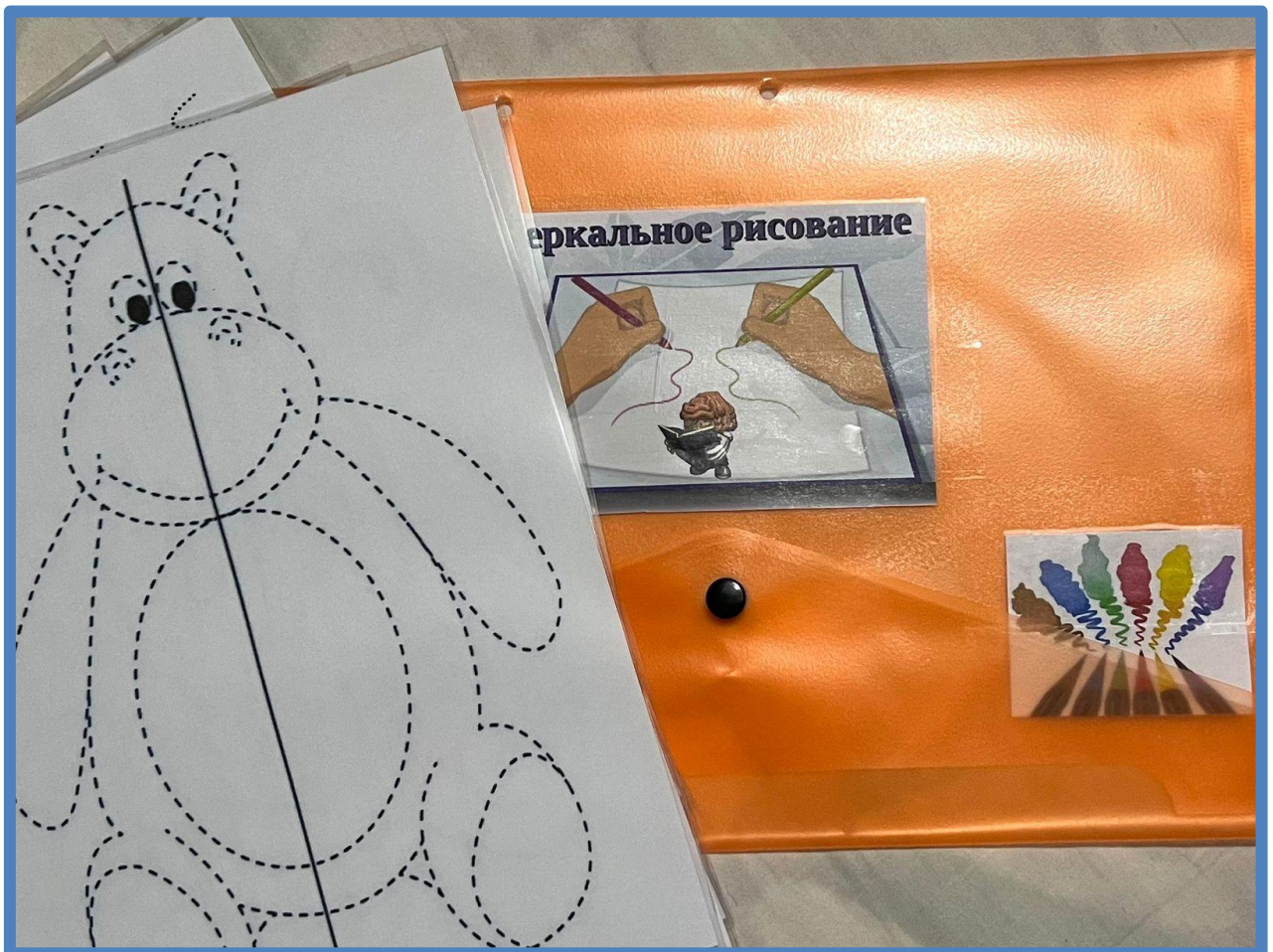


Приложение №3

Карточки-раскраски «Зеркальное рисование»

Цель: способствуют формированию межполушарного взаимодействия у детей; развивают мелкую моторику.

На листе (формат А4) пунктиром нанесены рисунки, разделенные симметрично пополам. Соединять пунктирные линии следует одновременно правой и левой рукой. Готовое изображение можно раскрасить. Карточки заламинированы, поэтому, могут использоваться много раз.

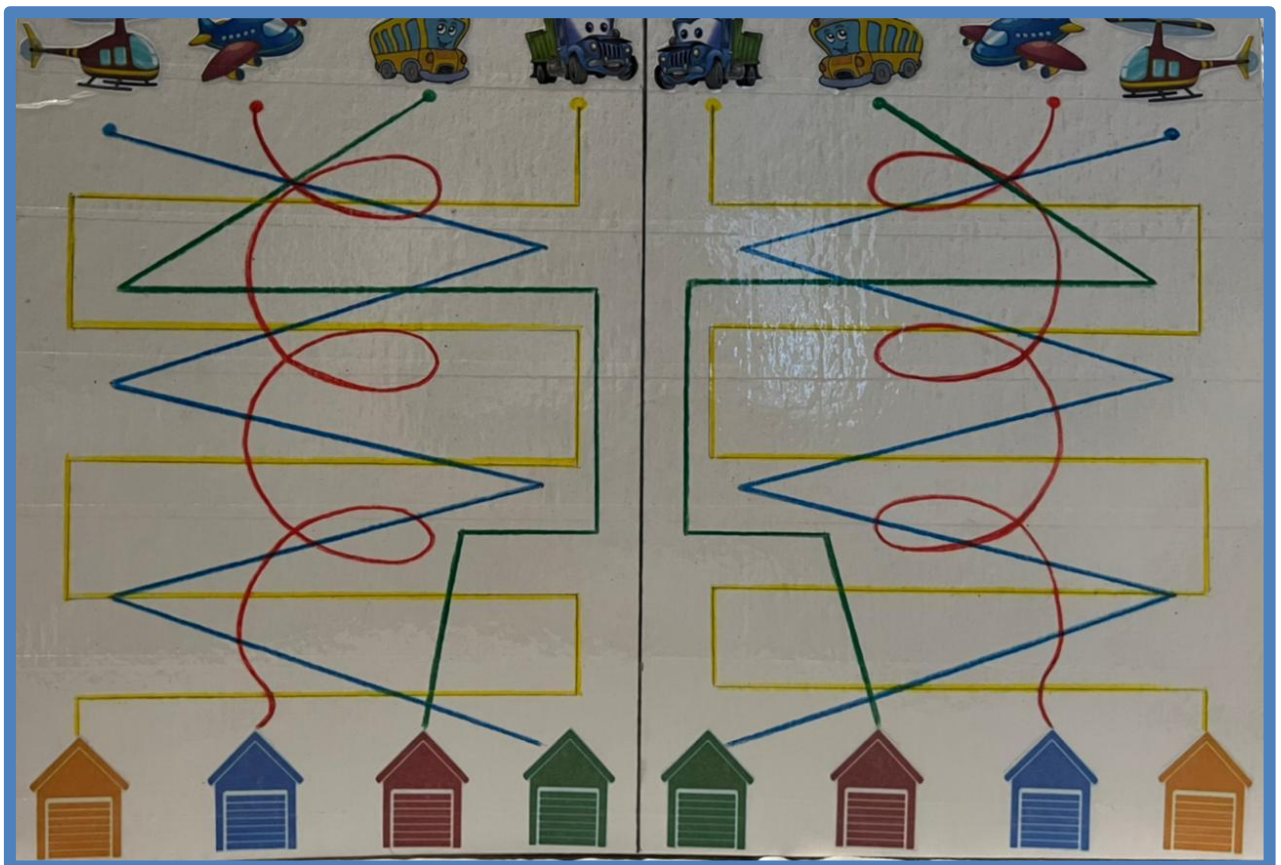


Приложение №4

Тренажер для двойного симметричного движения «Выбери правильную дорожку»

Цель: закрепление знаний детей о различных видах транспорта; развивать речь и межполушарное взаимодействие.

Представляет собой поле из плотного картона. В верхней части расположены изображения транспортных средств (грузовик, автобус, самолет и вертолет). Они парные, справа и слева по одному. Ребенку предлагается назвать каждое из них, рассказать, то, что ему известно об этом виде транспорта. В нижней части, находятся гаражи для каждого транспортного средства. Оба изображения соединены линиями одного цвета. Части поля полностью симметричны. Движение от транспортного средства к гаражу необходимо совершать одновременно правой и левой рукой.



Дидактическая игра «Веселый ритм»

Цель: развитие внимания, чувства ритма и коммуникативных способностей.

Представляет собой конверт, в котором находятся обведенные и вырезанные детьми правые и левые ладошки и круги, которые символизируют кулачки.

Игроки раскладывают их в любом, понравившемся порядке и под музыку простукивают ритм. Важно точное выполнение схемы (правая ладонь должна соответствовать правой, левая – левой). Музыка для игры можно выбрать в фонотеке (флэшка).



Приложение №6

Видео – материал для родителей и воспитателей: «Видео-комплекс упражнений «Зарядка для глаз» (флэшка)

Цель: снять мышечное напряжение, расширить поле зрения, улучшить восприятие; развивать межполушарное взаимодействие; повысить энергетизацию организма.

Дидактическая игра «Умные пальчики»

Цель: развивать межполушарные связи и мелкую моторику.

Игрок выбирает карточку, каждая из которых содержит два положения рук и пальцев. Они являются зеркальным отражением друг друга. Необходимо повторить эти положения. Темп можно постепенно увеличивать. По желанию, в игре могут принять участие одновременно два и более ребенка.



Дидактическая игра «Упражнение выбирай, становись и выполняй»

Цель: развитие координации, внимания, владения своим телом, координации.

1 вариант: Игрок выбирает карточку с изображением клоуна Клепы. Пытается повторить его позу, затем, ее зеркальное «отражение».

2 вариант: ведущий (ребенок, избранный детским голосованием), используя карточки, изготовленные руками детей, выкладывает схему, по которой остальные игроки выполняют движения.

3 вариант: ведущий (ребенок) показывает карточку, остальные игроки выполняют движение, изображенное на ней.



Приложение № 9

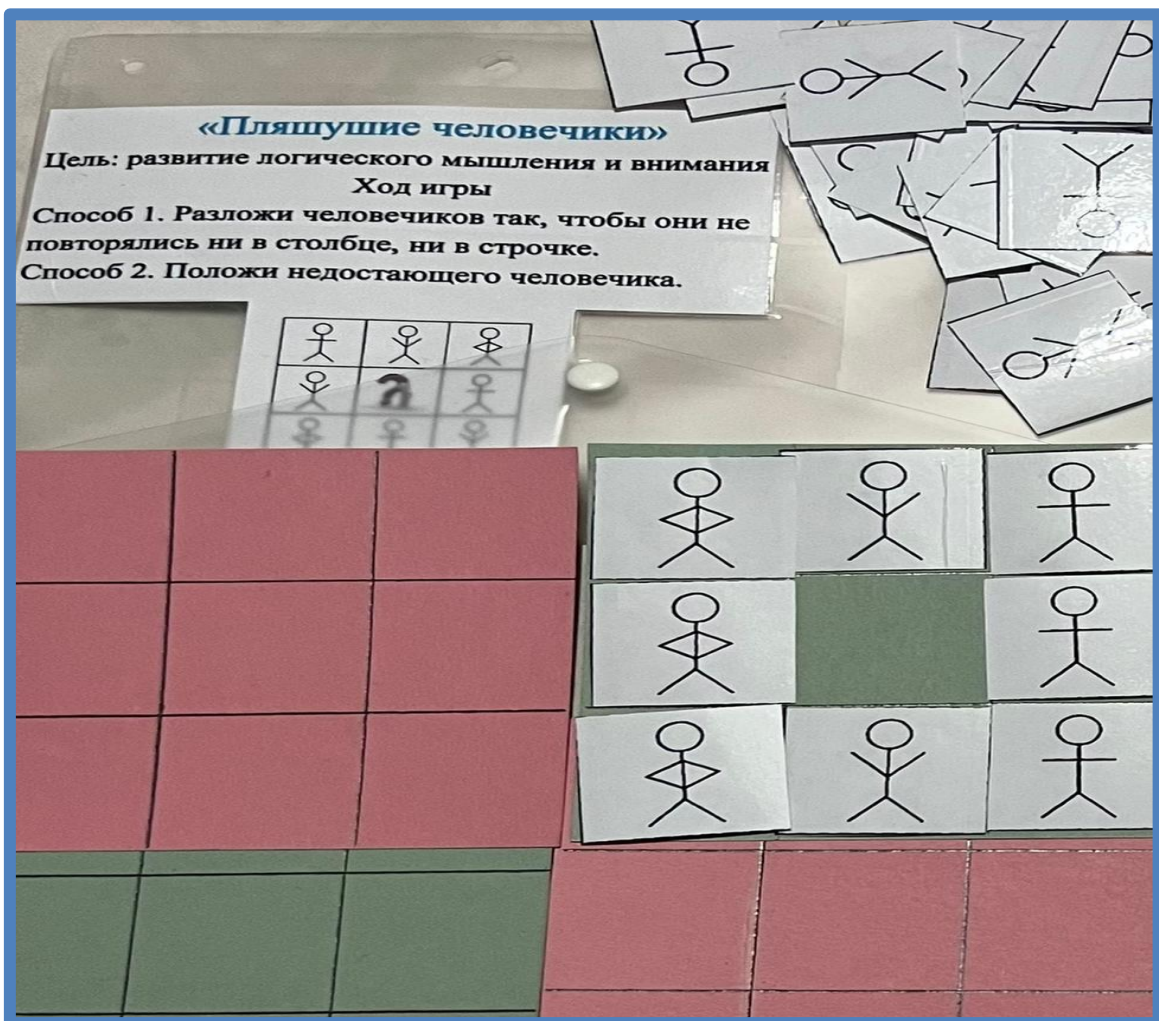
Дидактическая игра «Пляшущие человечики»

Цель: развитие логического мышления и внимания.

1 вариант: Игрокам предлагается заполнить пустые квадратики на индивидуальном поле. Разрезные карточки необходимо разложить так, чтобы позы человечков, изображенные на них, не повторялись ни в параллельных, ни в перпендикулярных столбцах.

2 вариант: Игрокам предлагается заполнить пустующий квадрат человечком, с недостающей позой.

Игра заканчивается, когда первый игрок верно закрывает карточками свое поле.



Консультация для родителей

«Кинезиология – надежный помощник в интеллектуальном развитии ребенка»

Кинезиология – наука (основателем ее был Аристотель), направленная на улучшение развития головного мозга, которое достигается через движение, способствующее активизации взаимодействия двух полушарий (правого и левого).

Относясь, по своей сути, к здоровьесберегающим технологиям, кинезиология помогает в коррекции и предупреждении патологических психофизических состояний детей; в развитии речи; улучшает общую и мелкую моторику; повышает стрессоустойчивость; формирует навыки абстрактного мышления, чувства симметрии и асимметрии; улучшает память и внимание.

Важно помнить:

- комплекс упражнений можно выполнять в любое удобное время, но стабильно, без пропусков;
 - правило «Первой похвалы» (обязательно поддержите ребенка, акцентируйте внимание на его победе, а не на неудаче!);
 - необходима точность в исполнении упражнений;
 - большему эффекту будет способствовать продолжительность занятия не более 15 – 20 минут в день (одно занятие – 5 минут);
 - усложнение и темп выполнения должны быть постепенными.
- Проведенный анализ психолого – педагогической литературы, изучение опыта педагогов – практиков, различных интернет ресурсов, позволил составить сборник кинезиологических упражнений.

Спасибо за внимание!

Консультация для родителей « Роль арт-терапии в развитии гармоничной личности»

Одним из средств современной психокоррекционной работы с нарушениями эмоциональных состояний у детей дошкольного возраста, можно считать арт–терапию, целью которой является развитие гармоничной личности, способной к самопознанию и самовыражению. Являясь здоровьесберегающей технологией, арт–терапия способствует социализации детей, развитию их коммуникативных качеств.

Выделяют такие основные виды арт-терапии как:

1. Рисование, работа с пластилином и глиной (изо-терапия).
2. Музыкальное восприятие (музыкотерапия).
3. Театрализация, драматизация, работа с образом (имаго-терапия).
4. Сказки, легенды, притчи (сказкотерапия).
5. Танцевальные движения под музыку (хореотерапия).
6. Процесс отождествления самого ребенка с любым героем мультфильма, сказки или с любимой игрушкой (куклотерапия).
7. Ролевая игра (игровая терапия).

Уважаемые родители!

Предлагаем Вам несколько примеров упражнений арт-терапии, которыми Вы можете воспользоваться.

Каракули

Дети очень любят рисовать каракули (бессмысленно и свободно двигающейся рукой наносят сложные «узоры», клубки линий, на чистый лист).

Предложите ребенку разглядеть какой–либо образ в этих каракулях и раскрасить его. Проанализируйте изменения в этих каракулях, наблюдая за процессом определенный Вами промежуток времени. По завершении Вашего эксперимента, придумайте вместе с ребенком рассказ, составленный по «мотивам» этих каракулей.

Чернильные пятна

(создано по идее теста Роршаха)

Можно использовать разведенную гуашь. На лист ватмана (формат А4) наносим капли гуаши. Складываем лист пополам, плотно прижимаем его части друг к другу. Когда лист раскроем, увидим симметричный рисунок. Таких заготовок нужно сделать несколько, можно разного цвета. Предложите ребенку описать рисунки, придумав каждому из них название.

Решение проблемы

(работа с пластилином, глиной, соленым тестом)

Предложите ребенку представить свою проблему, а затем попробовать ее слепить. Готовой фигурке можно «высказать» все, что ребенок захочет, все свои страхи и причины для беспокойства. После этого можно смять поделку, трансформировав ее.

Автопортрет в полный рост

Предложите ребенку лечь на большой лист бумаги и обведите его по контуру. Дайте ему самостоятельно дополнить образ самого себя. Пусть ребенок дорисует все, что захочет, раскрасит, как пожелает. Готовый «портрет» покажет, как ребенок ощущает себя. Яркие, темные или спокойные тона он выберет. Какой фон будет преобладать?

В нашей повседневной жизни ребенку часто приходится сталкиваться с неблагоприятным воздействием социальной среды (реальной и виртуальной). Не всегда детям удается успешно их преодолеть, справившись с негативными последствиями. Арт-терапия позволяет осознать, прожить, проиграть и пережить неприятную ситуацию или проблему удобным для психики ребенка, индивидуальным способом. Гибко провести психокоррекцию.

Хотим обратить Ваше внимание на такой метод арт-терапии, как работа с рисунком «Мандала» (снятие эмоционального напряжения, развитие творческого начала, усидчивости, концентрации внимания). В переводе с санскрита, Мандала – круг. Во многих культурах она отождествляется с духовным началом человека, гармонией космоса. Выбрать мандалу и цвета для ее раскрашивания ребенок может самостоятельно. Начинают работу от середины к краю. В процессе раскрашивания происходит психологическое расслабление, развивается мелкая моторика и аккуратность. Позже, можно предложить ребенку создать узор своей мандалы. Его можно нарисовать, выложить из песка, бусинок, камешков.



Папка – передвижка для родителей

АНКЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

«Степень успешности интеллектуального развития Вашего ребенка»

Цель: собрать и проанализировать данные о том, что думают родители об интеллектуальном развитии своих детей в целом и об их взаимодействии с ребенком в семье, в частности.

Ф.И.О. родителя

Ф.И. ребенка

Уважаемые родители!

Мы по праву считаем Вас полноправными участниками образовательного процесса, нашими партнерами и помощниками в развитии наших деток! Для создания эффективных условий для этого, нам очень нужно и важно Ваше мнение! Предлагаем Вам заполнить анкету.

1. По Вашему мнению, на достаточно высоком уровне находится умственное развитие ваших детей?

(да, нет, не очень, иное _____)

2. Как бы вы раскрыли понятие «интеллект»? Продолжите фразу:
«Интеллектуальные способности моего ребенка это...»

3. Как Ваш ребенок взаимодействует с окружающим миром? (назовите способы): _____

5. Происходит ли накопление знаний Вашим ребенком? С помощью каких источников? _____

4. Возникали у Вас какие – либо трудности в процессе интеллектуального развития ребенка?

5. В какие развивающие игры Ваш ребенок играет дома самостоятельно? А с Вами? _____

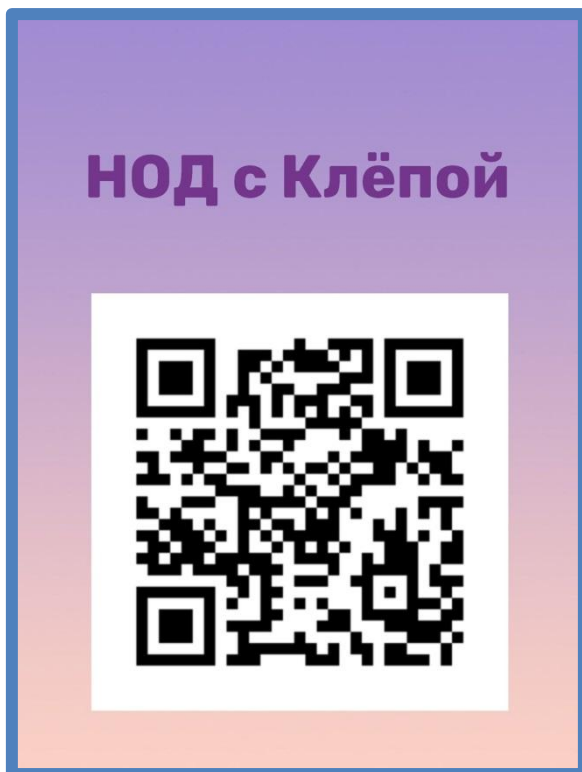
6. Опишите свои чувства в момент игры с ребенком. _____

БЛАГОДАРИМ ЗА СОТРУДНИЧЕСТВО!

Приложение №14

НОД

<https://disk.yandex.ru/i/xhL6y6PXT1JG2g> Ссылка на видео фрагмент НОД: итог
– музыкально творческая, игровая деятельность.



Приложение № 15

Фонотека для родителей «Русская народная музыка» (флэшка)

Цель: продолжать знакомить детей с народной музыкой, прививать любовь к своей национальной культуре, к ее истории и традициям.

