

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»).

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

Долго они шли (Упражнение «кулак-ладонь»), но дом ежика не могли найти (Упражнение «дом»).

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»), спросил у собачки, не знает ли она, где дом ежика?

Собачка (Упражнение «собака») сказала, что знает, где его дом (Упражнение «дом»).

Собачка вместе с зайчиком проводили ежонка до дома (Упражнение «кулак-ладонь»).

Ежонек 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).



Директор центра –Цветков Виталий Олегович,
телефон 8(39151)6-34-05

Заместитель директора – Соболева Ирина
Николаевна 8(39151)6-34-06

Заведующий отделением психолого-педагогической помощи – Смагина Татьяна
Владимировна

Заведующий стационарным отделением –
Глазова Светлана Николаевна

**Заведующий отделением диагностики и
разработки программ** – Балобанова Оксана
Александровна

КГАУ СО «РЦДПсОВ»

город Ачинск,

3-й микрорайон Привокзального района, 32А

тел. 8(39151) 6-34-06

E-mail: rzdp-2@mail.ru

сайт: <https://achcentr.ru>



Присоединяйтесь к нам в социальных сетях!



краевое государственное автономное учреждение
социального обслуживания
«Реабилитационный центр для детей и подростков
с ограниченными возможностями»



«Кинезиологические
упражнения для детей
раннего возраста»

Ачинск

Памятка для родителей «Кинезиологические упражнения для детей раннего возраста»

Уважаемые родители!

Ранний возраст является наиболее важным в развитии всех психических процессов.

В этой памятке вы познакомитесь с кинезиологическими упражнениями.

Кинезиология – наука о развитии умственных способностей через определенные двигательные упражнения.

С помощью веселых стишков и движений ручками, можно улучшить мыслительную деятельность, мелкую и крупную моторику, память и внимание ребенка. Такие упражнения снижают утомляемость, повышают способность к произвольному контролю, активируют межполушарное взаимодействие.



Упражнения на развитие межполушарного взаимодействия

Симметричные рисунки, дорожки:

1. «Зеркальное рисование»

Положите на стол чистый лист бумаги. Возьмите в обе руки по карандашу или фломастеру. Начните рисовать одновременно обеими руками зеркально-симметричные рисунки: линии, змейки, зигзаги, круги и т.д.

2. «Едем по дорожкам»

Лист бумаги поделен пополам, на левой стороне нарисована дорожка в виде змейки, на правой в виде

зигзага. Указательными пальцами обеих рук провести одновременно по линиям-дорожкам снизу-вверх.

Двигательные упражнения:

1. «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 (от указательного пальца к мизинцу) и в обратном (от мизинца к указательному пальцу) порядке. Вначале упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе

2. «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. Проба выполняется сначала правой рукой, потом — левой, затем — двумя руками вместе. При усвоении упражнения ребенку предлагается помогать себе командами («кулак—ребро—ладонь»), произносимыми вслух или просебя.

Упражнения на развитие речи:

1. «Здравствуй»

Пальцами правой руки по очереди «здороваться» с пальцами левой руки, похлопывая друг друга кончиками.

Речевое сопровождение:

Здравствуй, солнце золотое!

Здравствуй, небо голубое!

Здравствуй, вольный ветерок,

Здравствуй, маленький дубок!

Мы живем в одном краю —

Всех я вас приветствую!

2. «Лягушка»

Поочередно одна рука сжимается в кулак, а другая – ладонью на столе. Происходит смена положения рук.

Речевое сопровождение:

Лягушка хочет в пруд,

Лягушке скучно тут,

А пруд зарос травой,

Зеленой и густой.

Советы по проведению кинезиологических игр

- Упражнения следует выполнять ежедневно, но без принуждения. Регулярность проведения занятий — это залог быстрого достижения положительного результата.
- Чтобы у ребенка начали развиваться определенные навыки, достаточно выполнять по 1-2 упражнения в день.
- Общая продолжительность всего комплекса упражнений должна находиться в пределах от 3 до 5 мин.
- Перед тем, как предлагать новое упражнение, взрослый должен повторить все движения самостоятельно, показав их ребенку. Затем следует проконтролировать, чтобы малыш повторил данные действия правильно и без ошибок.



Кинезиологическая сказка для детей.
В лесу.

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