

# Кинезиологические упражнения как средство здоровьесбережения детей с ТНР

Эффективное средство коррекции и профилактики нарушений – кинезиологические упражнения, представляющие собой комплекс движений, позволяющих активизировать межполушарное взаимодействие.

Систематическое использование данных упражнений позволяет:

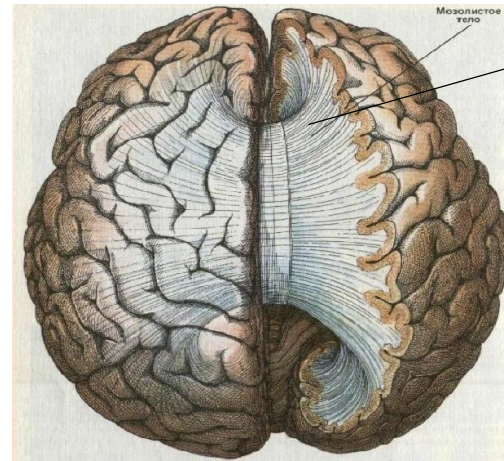
- ✚ развивать речь;
- ✚ укреплять физическое и психическое здоровье;
- ✚ вырабатывать у детей волевые качества, саморегуляцию и самоконтроль;
- ✚ формировать зрительно-пространственную координацию.

Кинезиологические упражнения способствуют развитию головного мозга через движения. Единство мозга складывается из деятельности двух полушарий (правого и левого), тесно связанных между собой мозолистым телом. Оно координирует нашу речевую и познавательную деятельность, творческую активность и пространственную ориентацию, обеспечивает адекватное эмоциональное реагирование. Для успешного психоречевого развития необходимо полноценное развитие мозолистого тела.

Мозолистое тело можно развивать через кинезиологические упражнения, активизирующие межполушарное взаимодействие.

## Головной мозг и мозолистое тело

Мозолистое тело формируется к 12-13 годам.



МОЗОЛИСТО ТЕЛО

Мозолистое тело можно развивать через кинезиологические упражнения, активизирующие межполушарное взаимодействие.

При использовании кинезиологических упражнений необходимо соблюдать следующие условия.

- ✓ Упражнения проводятся ежедневно, от 10 до 30 минут в течение дня в зависимости от возраста.
- ✓ От детей требуется точное выполнение движений и приёмов.
- ✓ Упражнения проводятся стоя или сидя за столом.

По существу, эти упражнения – простое, механическое заучивание движения и многократное его повторение.

## Упражнения для развития артикуляционной и мелкой моторики

### ✚ «Поймай звук в колечко»

(со звуками [а] - [я], [у] - [ю], [о] - [ё], [и] - [ы])

Большой палец встречается с каждым, образуя колечки. Сцепляя пальчики в цепочку, дети произносят парные гласные звуки.

### ✚ «Цветные мячики»

Дети одновременно выставляют пальцы обеих рук по количеству мячиков.

### ✚ «Назови слова и слоги»

Дети одновременно руками прикасаются к образцу. Называют четко слоги и слова, выделяя заданный звук.

### ✚ «Весёлые шары»

Работа в парах. Дети садятся напротив друг друга. Выбирают ведущего. Он одновременно предлагает картинки для каждой руки, а напарник поднимает пальцы рук с соответствующими цветами.

