

## **«Кинезиологические упражнения, как средство развития интеллекта дошкольников»**

Слово **«кинезиология»** происходит от греческого слова «кинезис», обозначающего движение, и «логос» - наука, т.е. наука о движениях.

**Кинезиология** - наука о развитии умственных способностей и физического здоровья через определенные двигательные упражнения.

Эти упражнения позволяют создать новые нейронные сети и улучшить межполушарное взаимодействие, которое является основой развития интеллекта. Человек может мыслить, сидя неподвижно. Однако 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 ног, постукивании карандашом по столу и др. На двигательной активности построены все нейропсихологические коррекционно – развивающие программы. Неподвижный ребенок не обучаем, поэтому его нельзя ругать за излишнюю двигательную активность.

**Кинезиология** относится к здоровьесберегающим технологиям. Развитие головного мозга ребенка начинается внутриутробно и активно продолжается после рождения. Единство мозга складывается из деятельности двух полушарий, тесно связанных между собой системой нервных волокон (мозолистое тело). Мозолистое тело (междуполушарные связи) находится между полушариями головного мозга в теменно-затылочной части и состоит из двухсот миллионов нервных волокон. Оно необходимо для координации работы мозга и передачи информации из одного полушария в другое. Основное развитие междуполушарных связей формируется у девочек до 7-ми лет, у мальчиков до 8-ми – 8,5 лет. Совершенствование интеллектуальных и мыслительных процессов необходимо начинать с развития движений пальцев

и тела. Работа, направленная на развитие ребенка, должна строиться от развития движений к мышлению, а не наоборот. Для успешного обучения и развития ребенка в школе одним из основных условий является полноценное развитие в дошкольном детстве мозолистого тела. Мозолистое тело (межполушарное взаимодействие) можно развить через кинезиологические упражнения. **Кинезиологические упражнения** – это комплекс движений позволяющих активизировать межполушарное взаимодействие.

Данные упражнения позволяют выявить скрытые способности ребенка и расширить границы возможностей его мозга.

**Основная цель кинезиологии:** развитие межполушарных взаимодействий, способствующих активизации мыслительной деятельности.

**Задачи:** - синхронизация работы полушарий;

- развитие мелкой моторики;
- развитие памяти, внимания, речи
- развитие мышления;
- снижение утомляемости, формирование произвольного контроля;
- повышение стрессоустойчивости.

Кинезиологические упражнения дают как немедленный, так и кумулятивный, т.е. накапливающийся эффект. В связи с улучшением интегративной функции мозга у многих детей при этом наблюдается значительный прогресс в способностях к обучению, а также управлению своими эмоциями.