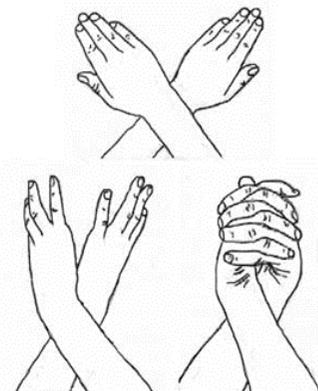


# Кинезиологическая гимнастика

## Упражнение «Замок»

Нужно скрестить руки ладонями друг к другу, сцепить пальцы в замок, развернуть руки к себе.



Двигать пальцем, который укажет взрослый, точно и четко. Нужно следить за тем, чтобы соседние пальцы не двигались.

Прикасаться к пальцу нельзя. В упражнении последовательно должны участвовать все пальцы обеих рук.

## Упражнение «Фонарики»



«Фонарики зажглись» – пальцы выпрямить. Фонарики погасли – пальцы сжать в кулак.

«Фонарик погас» – фонарик зажёгся» - пальцы одной руки сжаты, а другой выпрямлены.

Поменять положение рук.

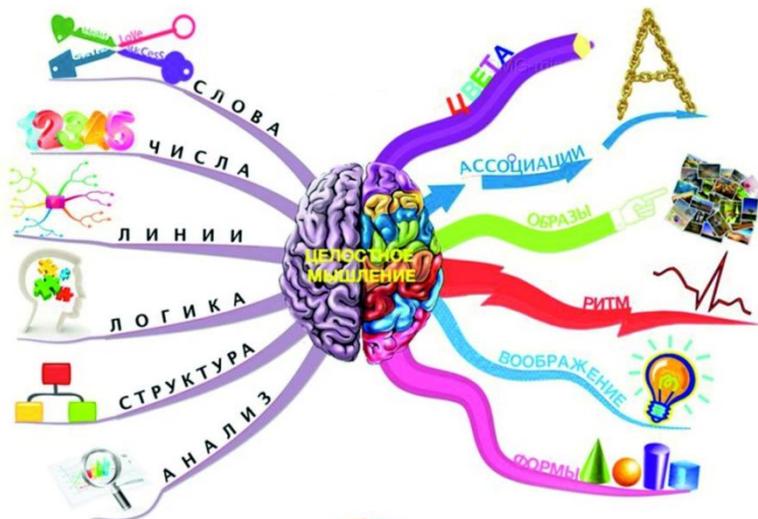
## Эйдетика

### Игры на развитие зрительного восприятия

«Исследователи» Рассмотрите с ребенком какой-нибудь предмет, например, чашку. Но смотреть нужно как исследователи, то есть, проговаривая как можно больше внешних характеристик: цвет, форму, материал, рисунок, надписи, повреждения и так далее.

«Сыщик» Загадайте какой-нибудь предмет, который находится в вашем с малышом поле зрения. Пусть ребенок попробует отгадать, задавая наводящие вопросы. Чтобы ребенок лучше понял правила игры, можно поменяться с ним ролями: пусть сначала он сам загадает предмет, а Вы будете задавать вопросы.

# Ментальные карты



# МБДОУ ДСОВ №19

## «Солнышко в Полесье»

Воспитатель: Плис Я. А.

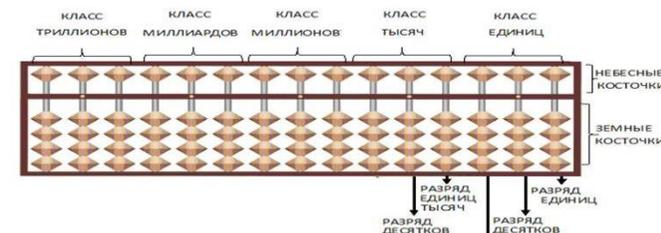
# Ментальная арифметика



## Что такое ментальная арифметика?

Ментальная арифметика – это программа развития умственных способностей и творческого потенциала с помощью арифметических вычислений на японских счетах абакус.

Занятия направлены на то, чтобы дети осваивали арифметические действия: сложение и вычитание, без использования компьютера, калькулятора и письменных принадлежностей.



## ДЛЯ ЧЕГО НУЖНО ЗАНИМАТЬСЯ МЕНТАЛЬНОЙ АРИФМЕТИКОЙ:

- Формирует фундамент для реализации себя в жизни.
- Повышает успеваемость по предметам в школе.
- Быстрое изучение иностранных языков.
- Инициативность и самостоятельность.
- Развитие лидерских качеств.
- Уверенность в себе.

Ментальная арифметика сравнима с занятиями спортом. Если не заниматься каждый день, то результатов не будет. Ребёнку желательно тренироваться ежедневно не менее 15-20 минут.

## Кинезиология для дошкольников

**Кинезиология**- наука о развитии головного мозга через движение. Он, а существует уже двести лет и используется во всем мире.

**Кинезиологические упражнения** – это комплекс движений, позволяющих активизировать межполушарное воздействие.

**Существует множество кинезиологических упражнений:**

- Глазодвигательные упражнения;
- Растяжки нормализуют гипертонус и гипотонус;
- Дыхательные упражнения;
- При выполнении телесных движений развивается межполушарное взаимодействие, снимаются непроизвольные, непреднамеренные движения и мышечные зажимы;
- Упражнения для релаксации способствуют расслаблению, снятию напряжения.

### «Ухо-нос»

Цель - развитие межполушарного взаимодействия (мозолистого тела), произвольности и самоконтроля.

Левой рукой взяться за кончик носа, а правой рукой - за противоположное ухо. Одновременно отпустить ухо и нос, хлопнуть в ладоши; затем поменять положение рук «с точностью до наоборот».



### «Лезгинка»

Цель - развитие межполушарного взаимодействия, произвольности и самоконтроля.

Ребенок складывает левую руку в кулак, большой палец отставляет в сторону, кулак разворачивает пальцами к себе. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикасается к мизинцу левой. После этого одновременно меняет положение правой и левой рук (шесть-восемь раз). Необходимо добиваться высокой скорости смены положений.

## Эйдетика для дошкольников

«Эйдос» - в переводе с греческого «образ». Эйдетизм – разновидность образной памяти – это естественная и удобная, да и просто необходимая способность очень ярко представлять себе предмет, которого нет в поле нашего восприятия.

Метод эйдетики строится на принципе образных ассоциаций, благодаря которым ребёнок может быстрее, качественнее запоминать материал, сохранить его и легко воспроизвести.

Главные инструменты эйдетики — ассоциации и акроберальная техника, ее суть чтобы облегчить запоминание учебного материала, он «зашифровывается» в стихотворения, различные аббревиатуры, коды, песни и даже анекдоты. Во-первых, получается наглядно. Во-вторых, увлекательно и познавательно. В-третьих, легко запоминается. Например, как легко запомнить цвета радуги, просто выучить небольшой стишок: каждый охотник желает знать где сидит фазан.

Игры со свободными ассоциациями связаны с предметными образами.

**Цветовые ассоциации.** Для этого вида работы нужны

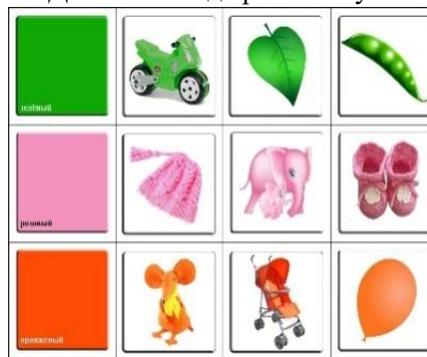
карточки с нарисованными пятнами различных цветов, но не цветные изображения предметов или явлений. **Ассоциации, связанные с геометрическими фигурами.**

**Тактильные ассоциации.** Для этого вида работы нужно иметь набор тактильных картинок. Основная идея этих карт заключается в том, что каждая из них имеет свою фактуру: мех, наждачная бумага, фланель, веревка, палочки, капельки воска, велюр...

**Предметные ассоциации.** Этот вид ассоциации предусматривает установление связей предметов или между собой, или с их признаками.

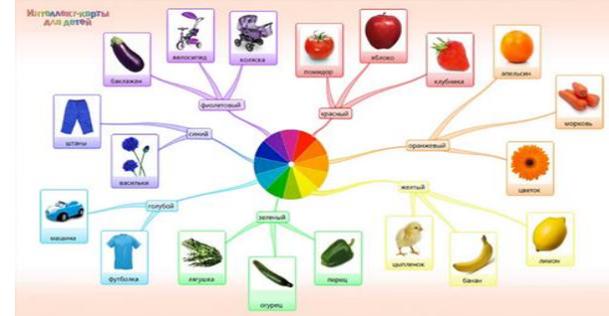
**Звуковые ассоциации.** Например, в один мешочек положите бумагу, в другой-монеты, в другие – коробочку с пластмассовыми шариками и т.д

**А так же вкусовые и обонятельные.**



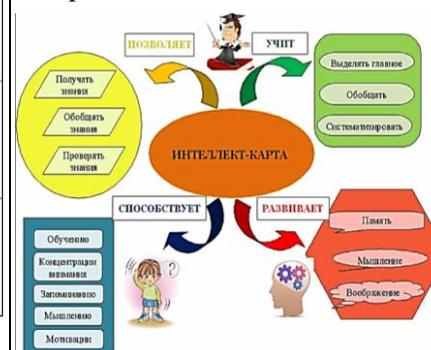
## Ментальные карты для дошкольников

**Ментальные карты** –это удобный способ структурирования информации, где главная тема находится в центре листа, а связанные с ней понятия располагаются вокруг в виде древовидной схемы.



**Ментальные карты** – это уникальный и простой метод запоминания информации, с помощью которого развивается как творческие, так и речевые способности детей, активизируется мышление.

Как сказано выше, ментальная карта – это такая объемная древовидная система. В самом начале использования нужно определиться с темой – словом или небольшим определением, которое будет задавать направление всем вытекающим данным.



### Интеллект – карты

**Полезные свойства интеллект – карт** – это наглядность, своевременность, творческий характер, привлекательность, запоминаемость.

**Наглядность** обозначенная проблема с многочисленными сторонами оказывается прямо перед вами, её можно окинуть одним взглядом.

**Привлекательность** – её рассматривать не только интересно, но и приятно.

**Запоминаемость** состоит в том, что благодаря работе обоих полушарий головного мозга, использованию образов и цвета, интеллект – карта легко запоминается.

