Кинезиология – наука о развитии головного мозга через движение. Она существует уже двести лет и используется во всем мире.

Кинезиологическими движениями пользовались Гиппократ и Аристотель.

Кинезиологические упражнение – это комплекс движений позволяющих активизировать межполушарное воздействие.

Польза, которую приносят эти упражнения, колоссальная. Ребенок не только становится сообразительным, активным, энергичным и контролирующим себя, улучшается его речь и координация пальцев.

Под влиянием кинезиологических тренировок в организме происходят положительные структурные изменения. При этом чем интенсивнее нагрузка, тем значительнее эти изменения. Данная методика позволяет выявить скрытые способности ребёнка и расширить границы возможностей его мозга.

Применение **кинезиологических упражнений** помогает активизации мыслительной деятельности: позволяет улучшить у воспитанников память, внимание, речь, мелкую среднюю и крупную моторику, снизить утомляемость, а также усилить способность к произвольному контролю.

Цель **кинезиологических упражнений**:

* развитие межполушарного взаимодействия;
* развитие межполушарных связей;
* синхронизация работы полушарий;
* развитие мелкой средней крупной моторики;
* развитие умственных способностей;
* развитие памяти, внимания;
* развитие речи;
* развитие логического мышления;
* устранение дислексии;
* снятие эмоциональной напряженности;
* упражнения повышают стрессоустойчивость организма;
* упражнения в себе возможность радостного творческого учения;
* позитивного личностного роста;
* перспективного формирования учебных навыков и умений.

Для **результативности работы необходимо соблюдать определенные условия:**

* упражнения необходимо проводить каждый день.
* занятия проводить желательно утром;
* занятия проводятся ежедневно и без пропусков;
* занятия проводятся в благоприятной доброй обстановке;
* от детей требуется точное выполнение движений и приемов;
* упражнения проводятся стоя или сидя;
* продолжительность занятий зависит от возраста
* на каждое упражнение отводится по 1 – 2 минуте;
* упражнения проводить в различном порядке и в различном сочетании.

Все упражнения целесообразно проводить с использованием музыкального сопровождения. Спокойная, мелодичная музыка создает определенный настрой у детей. Она успокаивает, направляет на ритмичность выполнения упражнений в соответствии с изменениями в мелодии.





