**Мастер-класс для педагогов методического объединения**

**«Школа молодого педагога» в рамках МРЦ «Педагог для всех»**

**«Формирование графомоторных навыков у дошкольников**

**посредством кинезиологических упражнений»**

Графомоторные навыки представляют собой важную часть двигательных умений ребенка. Этот процесс отличается своей сложностью, как с точки зрения психологии, так и физиологии. Развитие графомоторных навыков активизирует физиологические процессы головного мозга, влияющие на развитие познавательной, эмоциональной и волевой сфер психики.

Для успешного обучения и развития ребенка одним из основных условий является полноценное развитие межполушарных связей правого и левого полушарий коры головного мозга. Наш мозг состоит из двух полушарий, каждое из которых, в основном, выполняет свою функцию. Только налаженное взаимодействие обоих элементов позволяет качественно воспринимать и обрабатывать полученную информацию. Обмен информации между полушариями происходит через мозолистое тело, которое можно очень успешно развивать как в дошкольном так и в школьном возрасте.

Становление графомоторных навыков зависит от таких компонентов, как хорошее развитие общей и мелкой моторики, серийной организации движений, зрительно-пространственных представлений и зрительной памяти, поэтому важной психолого-педагогической и коррекционно-развивающей задачей является развитие ручной умелости, мелкой моторики рук, развития памяти и зрительных представлений.

Современные концепции рассматривают графомоторные навыки, как функцию обеих рук, оказывающую влияние не только на развитие речи, но и на развитие мыслительных процессов. При нормотипичном развитии ребенок в дошкольном возрасте овладевает значительным количеством умений, способствующих успешному овладению навыком письма

Для графомоторных навыков характерна своеобразная структура, включающая два основных компонента: моторный и визуальный. Моторный компонент графомоторных навыков предполагает развитие мелкой моторики, точности и согласованности движений рук. А визуальный компонент отвечает за зрительный анализ и синтез, а также зрительно-моторную координацию и зрительно-пространственную ориентировку.

У современных дошкольников можно часто отмечать снижение согласованности, целенаправленности, точности и последовательности движений; низкий уровень самоконтроля; недостаточность зрительно-пространственной ориентировки, зрительно-моторной координации и т.д. Это может свидетельствовать о том, что развитие графомоторных навыков у дошкольников требует использование различных средств, в том числе и кинезиологических: кинезиологические упражнения, ментальные и двигательные игры, пластические этюды и имитации и др.

Предлагаем более подробно рассмотреть возможность использования кинезиологических упражнений как средства развития графомоторных навыков у дошкольников.

 Что такое кинезиология? Википедия дает следующее определение:

«**Кинезиология** – наука о движении человека, научная и практическая дисциплина, изучающая мышечное движение во всех его проявлениях». В образовании под кинезиологией понимается развитие умственных способностей и физического здоровья через определенные двигательные упражнения, иногда ее еще называют «гимнастикой мозга». Образовательная кинезиология — наука и практика о том, как легко и радостно учиться новому через движение.  «Движение — дверь в обучение», — девиз автора данного метода.

 В чем преимущество использования кинезиологических упражнений? Прежде всего в том, что они не требуют больших материальных затрат и большого количества времени.

Использование в работе с детьми специально подобранных упражнений, заданий, игр положительно влияют на их психомоторное и интеллектуальное развитие, а именно:

- развивают мозолистое тело, синхронизируют работу полушарий;

- совершенствуют концентрацию внимания;

- воспитывают усидчивость;

- улучшают мыслительную деятельность;

- способствуют улучшению памяти и графомоторных навыков;

- стимулируют познавательную активность и мотивацию к учению.

Упражнения кинезиологической методики можно проводить как отдельный комплекс-занятие. Оптимальный вариант в условиях ДОО – это включение разнообразных кинезиологических упражнений во фронтальную непрерывную деятельность детей в виде динамических пауз, пальчиковых гимнастик, физкультминуток.

При составлении комплексов и проведении кинезиологических упражнений необходимо соблюдать ряд требований:

 • кинезиологические упражнения проводятся ежедневно;

• продолжительность проведения упражнений зависит от возраста и возможностей ребенка, но не должна превышать более 20 минут в день суммарно;

• каждое упражнение выполняется в течение 1-2 минут, включая от 2 до 4 повторов;

• допускается изменение очередности выполнения кинезиологических упражнений в составленном комплексе;

• усложнение упражнений происходит постепенно, по мере их усвоения детьми;

• комплексы упражнений меняются через 1,5-2 месяца;

• при проведении кинезиологических упражнений желательно использовать игровые ситуации;

• при выполнении упражнений детьми педагог отслеживает точность и четкость выполнения каждого движения;

• кинезиологические упражнения могут выполнять по образцу или по словесной инструкции (с правой или левой руки, в зависимости от ведущего полушария);

• упражнения можно проводить стоя или сидя (в зависимости от вида упражнения или возможностей ребенка);

• кинезиологические упражнения следует проводить перед тем, как детям предстоит интенсивная интеллектуальная нагрузка.

Использование кинезиологических упражнений проводится по следующим направлениям

• упражнения, направленные на формирование тонкокоординированных движений;

• упражнения, направленные на формирование зрительно- пространственной ориентировки;

• упражнения, направленные на формирование зрительно-моторной координации.

Рассмотрим подробнее виды кинезиологических упражнений, используемые в образовательной кинезиологии.

- ***Дыхательные упражнения*** улучшают ритмику организма, способствуют развитию произвольности и самоконтроля.

- ***Глазодвигательные упражнения*** позволяют расширить поле зрения, улучшить восприятие, развивают межполушарное взаимодействие и повышают энергетизацию организма

- ***Телесные перекрестные упражнения*** развивают межполушарное взаимодействие, благодаря им снимаются непроизвольные, непреднамеренные движения и мышечные зажимы, активизируется вестибулярный аппарат.

- ***Упражнение для развития мелкой моторики*** стимулируют речевые зоны головного мозга. Используются с целью концентрации и распределения внимания, улучшения мыслительной деятельности и запоминания, облегчения процесса письма.

- ***Релаксационные упражнения.*** Для снятия общего мышечного напряжения можно проводить упражнения, позволяющие не только отдохнуть и восстановить силы, но активизировать познавательные процессы. При выполнении данного вида упражнений можно использовать музыкальное сопровождение, которое усилит релаксационный эффект.

***Упражнения, направленные на формирование тонкокоординированных движений включают следующий кинезиологический комплекс:***

1) дыхательные упражнения

2) самомассаж кистей рук;

3) развитие и тренировка координации движений кончиков пальцев рук

4) телесные перекрестные упражнения

5) выполнение штриховок в различных направлениях, также можно использовать графические диктанты;

6) дыхательные упражнения.

***Упражнения, направленные на формирование зрительнопространственной ориентировки включают следующий кинезиологический комплекс:***

1) дыхательные упражнения

2) телесные упражнения

3) упражнения, стимулирующие активизацию

5) рисование двумя руками одновременно, рисование в воздухе или на листе бумаги, выполнение графических диктантов;

6) дыхательные упражнения.

4) глазодвигательные упражнения

***Упражнения, направленные на формирование зрительно-моторной координации, включают следующий кинезиологический комплекс:***

1) дыхательные упражнения

2) упражнения, стимулирующие активизацию внимания

3) телесные перекрестные упражнения

4) глазодвигательные упражнения

5) упражнения на развитие графомоторных умений

6) рисование косых линий по точкам, простых геометрических, закругленных фигур и фигур со штриховкой внутри;

Таким образом, использование в качестве кинезиологических средств вышеперечисленных комплексов упражнений будет стимулировать согласованность, точность и последовательность движений; способствовать развитию самоконтроля; совершенствовать зрительно-пространственную ориентировку и зрительно-моторную координацию. Что в итоге приведет к развитию графомоторных навыков у дошкольников.