**Кинезиология в дошкольной организации, как здоровьесберегающая технология**

В дошкольные годы наиболее быстро развивается способность совершать движения телом большой амплитуды. Развитие же способности совершать движения малой амплитуды происходит медленнее, так как в центральной нервной системе ребенка ещё продолжается процесс миелинизации. Все функции ЦНС лучше всего поддаются тренировке и воспитанию в период их естественного формирования. Если же в это время создаются неблагоприятные условия, то развитие функций задерживается, и более в позднем возрасте отставание компенсируется с трудом и не полностью. Развитие мелкой моторики связано с развитием левой височной и левой лобной областей головного мозга, которые отвечают за формирование многих сложнейших психических функций и учебных навыков. Большое стимулирующее влияние функции руки отмечают все специалисты, изучающие деятельность мозга, психику детей.

И.П. Павлов придавал тактильным ощущениям огромное значение, поскольку они несут в речевой центр, в его двигательную часть, дополнительную энергию, способствующую его формированию. Чем совершеннее кора головного мозга, тем совершеннее речь, а, значит, и мышление. В коре головного мозга речевая область расположена рядом с двигательной. Именно близость моторной и речевой зон навели ученых на мысль, что тренировка тонкой моторики пальцев рук оказывает большое влияние на развитие активной речи ребенка. Следовательно, развивающая работа должна быть направлена от движения к мышлению, а не наоборот.

У большинства современных детей отмечается общее моторное отставание. Отсутствие физической нагрузки заметно тормозит мыслительные процессы, снижает концентрацию внимания, координационных способностей, выносливости, проблемы с речевым развитием, общая неготовность к письму.

Дети с плохо развитой ручной моторикой неловко держат ложку, карандаш, не могут застегивать пуговицы, шнуровать ботинки. Им бывает трудно собрать рассыпавшие детали конструктора, работать с пазлами, счетными палочками, мозаикой. Такой ребенок отказывается от любимых другими детьми лепки и аппликации, не успевает за ребятами в группе детского сада на занятиях. Таким образом, возможности освоения мира с этими детьми оказываются обедненными. Дети часто чувствуют себя несостоятельными в элементарных действиях, доступных сверстникам. Это влияет на эмоциональное благополучие ребенка, на его самооценку. Уровень развития речи детей также находится в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений рук.

Движение, как сложная, многослойная система, является «зеркалом» состояния ребенка с одной стороны, и «окошком», через которое мы можем воздействовать на его развитие, с другой.

Одним из универсальных методов, который помогает в умственном и физическом развитии ребенка, является кинезиология - наука о развитии умственных способностей и физического здоровья через определенные двигательные упражнения.

Систематические упражнения по тренировке движений пальцев наряду со стимулирующим влиянием на развитие речи являются, по мнению М. М. Кольцевой, мощным средством повышения работоспособности головного мозга. Исследованиями ученых Института физиологии детей и подростков АПН (М.М. Кольцова, Е.И. Исенина, Л.В. Антакова-Фомина) была подтверждена связь речевой и пальцевой моторики. Уровень развития речи детей находится в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений рук. Формирование словесной речи ребенка начинается, когда движения пальцев рук достигают достаточной точности. Развитие пальцевой моторики подготавливает почву для последующего формирования речи. Поскольку существует тесная взаимосвязь и взаимозависимость речевой и моторной деятельности, то при наличии речевого дефекта у ребенка особое внимание необходимо обратить на тренировку его пальцев. Несовершенство тонкой двигательной координации кистей и пальцев рук затрудняет овладение письмом и рядом других учебных и трудовых навыков .

В современных условиях каждому дошкольному учреждению представляется возможность создания собственной модели организации воспитательно-образовательного процесса.

Исходя из реального потенциала коллектива и состояния здоровья детей, наш детский сад выработал свой алгоритм деятельности по созданию здоровьесберегающего образовательного пространства.

Для проведения оздорови¬тельной и воспитательно-образовательной работы с детьми в детском саду созданы все необ¬ходимые условия:

- развивающая предметная среда, способствую¬щая необходимой и достаточной двигательной активности ребенка;

- привлечены следующие кадры: врач-педиатр, медицинская сестра, педагог-психолог, руководитель по физическому воспитанию, логопед, руководитель по театрализованной деятельности, музыкальный руководитель, воспитатели, помощник воспитателя по закаливающим мероприятиям.

Среди факторов, влияющих на эффективность и качество образования детей в ДО, важная роль принадлежит образовательной программе. Современная дифференциация дошкольного образования, многообразие видов предполагает значительную вариативность в использовании программ и педагогических технологий при соблюдении единства целей и задач дошкольного образования.

Целостность образовательного процесса может достигаться не только путем использования одной основной (комплексной) программы, но и методом квалифицированного подбора специализированных (парциальных) программ, каждая из которых включает одно или несколько направлений развития ребенка. Данное учреждение реализует основную общеобразовательную программу дошкольного образования для обеспечения разностороннего развития детей в возрасте от 3 до 7 лет в группах общеразвивающей и компенсирующей направленности, с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей по основным направлениям - физическому, социально - личностному, познавательно - речевому и художественно - эстетическому. Коррекционная работа в учреждении ведётся в соответствии с «Программой обучения и воспитания детей с фонетико - фонематическим недоразвитием речи» Т.Б. Филичёвой, Г.В. Чиркиной.

Современные кинезиологические методики направлены на активизацию различных отделов коры больших полушарий, что позволяет развивать способности человека или корректировать его проблемы в различных областях психики. Такие методики предполагают проведение комплексной психокоррекционной работы у детей, имеющих различные нарушения в организме, затруднения в обучении и трудности в адаптации. Под влиянием кинезиологических тренировок в организме происходит положительные структурные изменения. Такие упражнения позволяют выявить скрытые способности ребенка и расширить границы возможностей его мозга.

Особенности двигательного развития ребенка, склонного к агрессивному поведению.

 Мышцы чрезмерно напряжены (сокращены) в результате преобладания в нервной системе процессов возбуждения;

Наблюдается гиперактивность той или иной мышцы (группы мышц), которая с возрастом превращается в гипертоническую (хронически стянутую, напряженную);

 Часто встречаются напряжения в области челюстных суставов, спины, живота, ягодиц, икроножных мышц, мимических мышц лица.

Неполное и поверхностное (грудное) дыхание ( к которому человек обращается в ситуации стресса);

Работа мышц глаз дисгармонична: приводящие мышцы испытывают большое напряжение (глаза чрезмерно сфокусированы - взгляд хищника), разводящие глаза, чрезмерно расслаблены. Это ведет к ослаблению периферического зрения и слабой оценке перспективы, а в более широком смысле - окружающей действительности;

У детей в момент вспышки агрессии в результате выброса адреналина снижен порог болевой чувствительности, поэтому ребенок часто не может рассчитать свои силы при физическом взаимодействии ( хотел подвинуть - оттолкнул и т.д.);

 Мышечная система преимущественно создает позы, наклоненные вперед. Центр тяжести, соответственно, тоже перемещается вперед. Это замыкает порочный круг напряжения в теле и эмоциональной сфере. Чем больше тело наклонено вперед, тем больше напрягаются мышцы и задерживается дыхание и тем больше проявляется потребность «бороться за свою жизнь»;

 Обычно наблюдается дисгармония в движениях, преобладание рваных движений усиливает впечатление агрессивности;

Основные задачи коррекционной работы:

• научить детей ходить в определенном направлении (по прямой, по кругу) под заданный ритм.

• научить детей подниматься на ступеньки самостоятельно.

• научить детей спускаться с лестницы шагом, а затем небольшими прыжками.

• научит детей стоять попеременно на правой (левой) ноге.

• научить детей подпрыгивать на двух ногах, затем правой, левой ноге.

• научить детей попеременно вставать, приседать под счет.

• научить детей поднимать руки вверх, вперед, в стороны, на пояс; вытягивать руки вперед; отставлять ногу в сторону; опускать голову вниз; наклоны вперед, в сторону, назад; левую руку к плечу, правую - на голову; выставить правую ногу вперед, на пятку, на носок.

• научить детей ловить мяч двумя руками, одной рукой.

• научить ловить мяч после удара об пол, по стене.

• научить ловить мяч после нескольких ударов об пол (удары об пол левой, правой рукой с попеременным чередованием).

• научить катать мяч по полу с попаданием в заданную цель (ворота).

• научить перекатывать (перебрасывать) мяч с одной руки на другую.

• научить передачам мячей с небольшого расстояния в шеренгах.

• научить расстегивать и застегивать пуговицы на пальто, куртках, платье, кофте, брюках (затем перейти к кукольным вещам).

• используя ленты, а потом веревочку, научить детей завязывать и развязывать узел, бант.

• научить сильно сжимать и разжимать кулаки.

• научить сильно сжимать одну руку другой, пожимать папину, мамину руку.

• научить поочередно сгибать и разгибать пальцы правой, левой руки, делать решетку из пальцев.

• научить поочередно соединять большой палец и указательный, средний, безымянный, мизинец.

• научить ритмично выполнять движения "ладонь-кулак-ребро".

В детском саду, на всех занятиях, в физкультурно-оздоровительной деятельности, а также в повседневной жизни детей необходимо больше уделять внимание развитию мелкой моторики в сочетании с координацией речи с движением. В условиях ДО внедрена система работы по развитию мелкой моторики во взаимосвязи с лексическими темами.

 Коррекция:

 Для таких детей требуется работа с мышечной системой. В частности, для них важно переобучение мышц, т.е. реабилитация их реакций с тем, чтобы они соответствовали природным законам расслабления и сокращения. Это переобучение должно быть направлено, с одной стороны, на обучение мышц расслаблению (растягиванию, принятию естественной длины), а с другой - гармонизации их сокращения и расслабления.

 Активизация всех возможных каналов восприятия ребенка, что позволяет ему расширить видение окружающего мира (и периферического зрения), углубить свои рассуждения, а также осознавать и причинно обосновывать свой выбор.

Упражнения и движения могут помочь в решении проблемной ситуации, однако они не смогут убрать первоначальную причину агрессивного поведения ребенка. Причина у каждого будет своя и найти ее можно будет при индивидуальной работе с ребенком.