Консультация для родителей.

**«Кинезиология для детей»**

Без сомнения, каждый родитель очень любит своего ребенка. Все мы думаем о судьбе своих детей, о том, что их ждет, как обеспечить их будущее. Ни для кого не секрет, что современные дети отличаются от своих сверстников, которые росли 15-20 лет назад: загруженность общества информацией так или иначе накладывает отпечаток на становление человека в целом. Они более независимы, более открыты, практически каждый ребенок уже с детства знаком с компьютером, мобильным телефоном. И это вполне естественно, меняется общество, меняемся мы сами. Изменившиеся современные условия жизни, требуют уже иных качеств от подрастающего поколения. Обучение на основе коммуникативно-деятельностного подхода соответствует современным требованиям к образованию:

• Общая культура и эрудиция ребенка, способность самостоятельно применять и добывать знания, готовность жить и правильно действовать в изменяющихся жизненных ситуациях.

• Сформированность ведущей деятельности младшего школьника, наличие таких качеств, как самостоятельность, инициативность, деловитость, ответственность, готовность к дальнейшему образованию. Неграмотным человеком завтрашнего дня будет не тот, кто не стал эрудированным, а тот, кто не научился учиться.

**Цель собрания:** посредством кинезиологических упражнений научить детей учиться успешно, используя внутренние ресурсы организма, привлечь родителей к:

1. Формированию способности к самоучению, саморазвитию.

2. Воспитанию коммуникативной культуры, гуманных нравственных качеств.

3. Интеллектуальному, эмоциональному развитию учащихся в условиях коллективной учебной деятельности.

Первым шагом к ответственности в жизни каждого человека является школа. В классе на школьника постоянно сваливаются огромные потоки новой информации, которые нужно переварить и усвоить. Все родители хотят, чтобы их ребенок был отличником, однако, к сожалению, современная система образования не всегда создает для малыша необходимые для его развития условия.

Почему учеба в школе вызывает у ребенка стресс и как помочь ему учиться лучше? Любое изменение в жизни человека – это стресс, поэтому школа является стрессом для ребенка. Мамы рядом нет, учителя постоянно рассказывают новый материал, да еще и спрашивают. Когда на человека действует стрессовый фактор, у него вырабатывается дополнительная энергия, которую необходимо выплеснуть.

Проблема школы как раз в том, что дети на уроках не двигаются. Ребенок должен сидеть и внимательно слушать учителя, делать то, что ему скажут, не отвлекаться. Чтобы дети лучше учились, им необходимо больше двигаться. Доказано, что разговорные навыки завязаны на мелкой моторике пальцев: если человеку связать пальцы, он обучаться будет в десятки раз медленнее. Кроме того, современные методики обучения говорят о том, что новую информацию легче понять и запомнить, воздействуя на разные каналы восприятия: картинка, звук, тактильные ощущения, вкус, осязание и движение. Вы наверняка сталкивались с детьми, которых даже близкие им люди называют невнимательными, неорганизованными, неспособными сосредоточиться и верно выполнить предложенную работу.

В школе такие дети плохо читают, медленно и коряво пишут, делая большое число ошибок, которые взрослые называют "нелепыми".

Встречаются и ребята, испытывающие трудности в счете, а также при решении математических задач. В большинстве случаев это не связано с тем, что ребенок не старается или не хочет учиться и быть успешным. Причины этих и многих других проблем учебной деятельности связаны с особенностями анатомического строения мозга (наличием правого и левого полушария) и его функционированием. При несформированности межполушарного взаимодействия не происходит полноценного обмена информацией между правым и левым полушариями, каждое их которых постигает внешний мир по-своему.

При этом правое полушарие, осуществляя чувственное восприятие, дает необходимые образы для последующего абстрактно-логического анализа левому полушарию. В нем определяются сходство и различие между предметами, явлениями, событиями, обрабатывается речевая информация. Правое и левое полушарие связаны с организацией движения в противоположной стороне тела, а также с приемом и переработкой всей зрительной, слуховой, тактильной, кинестетической информации, поступающей из противоположной половины тела.

Такое разделение функций обеспечивает взаимную дополняемость работы полушарий. Полный анализ и синтез любой информации, построение любого ответа или вывода осуществляется при их тесном сотрудничестве. Поэтому практически в каждом виде учебной деятельности можно выделить компоненты работы как правого, так и левого полушарий. Их координация и взаимная дополняемость – необходимое условие для успешности любого вида деятельности.

Отсутствие же слаженности в их работе – основная причина трудностей в учебе, в том числе и связанных с дисграфией, дислексией и аккалькулией (нарушением процесса формирования навыков письма, чтения, счета). Развитие межполушарного взаимодействия является основой интеллектуального развития ребенка. Для совместной работы обоих полушарий требуется их функциональная связь. Формируется она в период младенчества, во время ползания благодаря постоянным скрестным движениям рук и ног. Если же период ползания оказывается сокращен, то недостаточно развиваются координация движений, координация деятельности полушарий между собой и координация мозга и тела в целом.

Развивая координацию движений, моторику ребенка, мы создаем предпосылки для полноценного функционального становления многих психических процессов.

**ГИМНАСТИКА УМА** – это комплекс простых упражнений, которые способствуют расширению возможностей мозга. Выполнение этих упражнений всегда облегчает учёбу. Образовательная кинезиология дает человеку возможность эффективнее усваивать информацию, успешно овладевать даже самими сложными интеллектуальными действиями. Оказалось, что упражнения работают не только для детей, но и для людей разных возрастов и занятий. Отцами образовательной кинезиологии являются Пол Деннисон и Гейл Деннисон. Ими создана программа «Гимнастика Мозга», которая с помощью естественных физических движений тела активизирует природные механизмы мозга.

Упражнения направлены на улучшение внимания, на развитие навыков коммуникации, письма. После выполнения упражнений дети становятся внимательнее, спокойнее, в целом улучшается их успеваемость. Упражнения, предлагаемые этой программой, могут практиковать как дети, так и их родители.

Упражнения «Гимнастики мозга» дают возможность активизировать участки мозга, которые раньше бездействовали в учении, и решить проблему неуспешности.

«Гимнастика мозга» знакомит с оригинальной и эффективной техникой и методикой, позволяющей решать следующие задачи:

• развивать навыки учения, интеллектуальные и творческие способности; • улучшать работу долговременной и кратковременной памяти, концентрацию внимания, становление абстрактного мышления;

• повышать точность выполняемых действий при работе на компьютере;

• улучшать почерк;

• обеспечивать гармоничную связь между телом и мозгом, снижать стресс;

• научиться определять и правильно ставить актуальные цели и задачи в жизни, в учебе;

• формировать навыки самостоятельности;

• вырабатывать более ясное и позитивное мышление;

• увеличивать чувствительность, гибкость, грацию;

• улучшать коммуникацию с окружающими;

• формировать уверенность при публичных выступлениях, собеседованиях, переговорах, экзаменах;

• осознавать собственную значимость; • развивать личность, активное мышление и память.

Это схема человеческого мозга, если смотреть спереди. Правое полушарие работает вместе с левой половиной тела, левое полушарие вместе с правой половиной. Когда я представляю букву «Х», я сообщаю своему мозгу, что хочу заставить работать оба полушария одновременно. Упражнения «Мельница (или перекрестные шаги) и Прыжки с поворотом».

Прыгайте так, чтобы в такт движению правой ноги двигалась левая рука. А теперь – левая нога и правая рука. Прыгайте вперед, в стороны, назад. Глаза должны двигаться во всех направлениях. При ходьбе коснитесь левой рукой правого колена, а теперь – правой рукой левого колена. Упражнение «Ленивые восьмерки».