**Кинезиология, ее влияние на совершенствование взаимодействия правого и левого полушарий**

Сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения является основой оздоровления всего общества. В национальной доктрине образования Российской Федерации говорится: приоритетная роль образования – это здоровье нации. Всемирная организация здравоохранения дает следующее определение здоровью: «Здоровье – состояние телесного, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов»

Для ребенка 3-7 лет средой жизнедеятельности является дошкольная образовательная организация, где дети проводят до 70% времени бодрствования. Поэтому вполне естественно, что кроме задачи усвоения ребенком определенной суммы знаний, умений и навыков, которую ставит перед ним детский сад, она должна предполагать создание условий, раскрывающих резервы организма, способствующих росту, развитию и сохранению здоровья.

В качестве психолого-педагогических условий, направленных на развитие и гармонизацию нервной системы ребенка, в целом, и деятельности мозговых структур, в частности, рекомендуется опираться на кинезиологический подход.

Слово «кинезиология» происходит от греческого слова «кинезис», обозначающего движение, и «логос» - наука, т.е. наука о движениях.

Это молодое направление помогает развивать умственные способностей и физическое здоровье через определенные двигательные упражнения. Эти упражнения позволяют создать новые нейронные сети и улучшить межполушарное взаимодействие, которое является основой развития интеллекта.

Интересно отметить, что человек может мыслить, сидя неподвижно. Однако для закрепления мысли необходимо движение. И.П. Павлов считал, что любая мысль заканчивается движением. Именно поэтому многим людям легче мыслить при повторяющихся физических действиях, например ходьбе, покачивании ногой, постукивании карандашом по столу и др. На двигательной активности построены все нейропсихологические коррекционно – развивающие программы.

Кинезиология относится к здоровьесберегающим технологиям.

Развитие головного мозга ребенка начинается внутриутробно и активно продолжается после рождения.

Единство мозга складывается из деятельности двух полушарий, тесно связанных между собой системой нервных волокон (мозолистое тело). Мозолистое тело (межполушарные связи) находится между полушариями головного мозга в теменно-затылочной части и состоит из двухсот миллионов нервных волокон. Оно необходимо для координации работы мозга и передачи информации из одного полушария в другое.

Основное развитие межполушарных связей формируется у девочек до 7-ми лет, у мальчиков до 8-ми – 8,5 лет.

Совершенствование интеллектуальных и мыслительных процессов необходимо начинать с развития движений пальцев и тела. Работа, направленная на развитие ребенка, должна строиться от развития движений к мышлению, а не наоборот. Для успешного обучения и развития ребенка в школе одним из основных условий является полноценное развитие в дошкольном детстве мозолистого тела. Мозолистое тело (межполушарное взаимодействие) можно развить через кинезиологические упражнения.

Кинезиологические упражнения – это комплекс движений позволяющих активизировать межполушарное взаимодействие.

Современные кинезиологические методики направлены на активизацию различных отделов коры головного мозга, ее больших полушарий, что позволяет развивать способности человека или корректировать проблемы в различных областях психики.

**Использование кинезиологических методов для развития умственных способностей дошкольников.**

Кинезиологические упражнения влияют не только на развитие умственных способностей и физического здоровья, они позволяют активизировать различные отделы коры больших полушарий, что способствует развитию общих способностей человека и коррекции проблем в различных областях психики. Под влиянием кинезиологических тренировок в организме происходят положительные структурные изменения. При этом, чем более интенсивна нагрузка, тем значительнее эти изменения. Данные упражнения позволяют выявить скрытые способности ребенка и расширить границы возможностей его мозга.

Важность кинезиологии заключается развитие межполушарных взаимодействий, способствующих активизации мыслительной деятельности.

Задачи:

- синхронизация работы полушарий;

- развитие мелкой моторики;

- развитие памяти, внимания, речи

- развитие мышления;

- снижение утомляемости, формирование произвольного контроля;

- повышение стрессоустойчивости.

Данная методика позволяет выявить скрытые способности человека и расширить границы возможности деятельности его мозга.