

**Кинезиология** – это наука о развитии головного мозга через движения или по - другому «Гимнастика мозга». Состоит из определенных упражнений для крупной и мелкой моторики, которые синхронизируют работу одновременно двух полушарий головного мозга, улучшают память, внимание, развивают моторику, речь.

#### **Упражнение «Кошечка»**

Кулачок – ладошка.

Я иду, как кошка.

(Две ладошки одновременно сжать в кулачки и поставить на стол, затем одновременно выпрямить пальчики и прижать ладони к столу. Повторить 3-5 раз.)

#### **Упражнение «Фонарик»**

Фонарик погас!

Фонарик зажётся!

(Пальцы одной руки сжаты, пальцы другой руки выпрямлены.)

#### **Упражнение «Кулак-ребро-**

**ладонь»**

Ладонки вверх,

Ладонки вниз,

А теперь их на бочок-

И зажали в кулачок.

(четыре положения руки на плоскости последовательно сменяют друга. Выполняется сначала правой рукой, затем левой рукой. Затем двумя руками одновременно.

#### **Упражнение «Лягушка»**

Лягушка хочет в пруд,

Лягушке скучно тут,

А пруд зарос травой,

Зеленой и густой.

(Поочередно одна рука сжимается в кулак, а другая – ладонью на столе)

Литература:

1. Косинова Е.М. Гимнастика для развития речи. -- М.: ООО "Библиотека Ильи Резника", ООО "Эксмо", 2003



## *Использование биоэнергопластики и кинезиологии для развития речи*

РЕКОМЕНДАЦИИ  
ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ И ПЕДАГОГОВ

**Биоэнергопластика** – это содружественное взаимодействие руки и языка.

Совместные движения руки и артикуляционного аппарата, помогают активизировать естественное распределение биоэнергии в организме. Это оказывает чрезвычайно благотворное влияние на активизацию интеллектуальной деятельности детей, развивает речь, координацию движений и мелкую моторику.

### **Упражнение «Часики»**

Тик-так, тик-так,

Язычок качался так,

Словно маятник часов.

Ты в часы играть готов?

(сжатая и опущенная вниз ладонь,

движется под счет влево – вправо)

### **Упражнение «Качели»**

Сели дети на качели

И взлетели выше ели,

Даже солнышка коснулись,

А потом назад вернулись.

(Движения ладони с сомкнутыми пальцами вверх, вниз)

### **Упражнение «Лягушка»**

Подражаем мы лягушкам:

Тянем губы прямо к ушкам.

Вы сейчас тяните губки-

Я увижу ваши зубки.

Мы потянем-перестанем

И нисколько не устанем.

(пальчики расставлены в стороны, как лучики солнышка. Под счет 1 – пальчики расправляются и удерживаются

одновременно с улыбкой 5 сек., на счет 2 – ладонь сворачивается в кулак.)

### **Упражнение «Слонёнок»**

Буду подражать слону!

Губы «хоботом» тяну.

А теперь их отпускаю

И на место возвращаю.

(ладонь собрана в щепоть, большой палец прижат к среднему.)

### **Упражнение «Блинчики»**

Испекли блинов немножко,

Остудили на окошке.

Есть их будем со сметаной,

Пригласим к обеду маму.

(Ладони с сомкнутыми пальцами

соединяем дуг с другом)

### **Упражнение «Чашечка»**

Вкусных мы блинов поели,

Выпить чаю захотели.

Язычок мы к носу тянем,

Чашку с чаем представляем.

(пальцы прижаты друг к другу,

имитируя положение «чашечки»)

### **Упражнение «Лошадка»**

Я- весёлая лошадка,

Тёмная, как шоколадка.

Язычком пощёлкой громко,

Стук копыт услышишь

звонкий.

(Ладони с сомкнутыми пальцами лежат на столе. Под счёт ладони поочерёдно касаются стола.)