**Кинезиология для детей.**

**Игры и упражнения в детском саду.**

 Ум ребёнка находится на кончиках его пальцев. «Чем больше уверенности в детской руке, тем ярче речь ребенка. Чем больше мастерства в детской руке, тем ребенок умнее»  В.А. Сухомлинский

**Кинезиология** - наука о развитии умственных способностей и физического здоровья посредством определённых двигательных упражнений.

Кинезиологические упражнения синхронизируют работу полушарий, активизируют работу мозга, развивают мозолистое тело (межполушарные связи), расширяют сенсомоторный опыт ребёнка,

облегчают процесс чтения и письма, развивают координацию работы  зрительного и аудиального восприятия с работой пишущей руки.

Игры с участием рук и пальцев,  систематические упражнения по развитию мелкой моторики приводят в гармоничные отношения тело и разум.

Для успешного развития тонкой моторики важно тренировать обе руки.

ДЕТИ С БОЛЬШИМ УДОВОЛЬСТВИЕМ, ИНТЕРЕСОМ ВЫПОЛНЯЮТ НЕОБЫЧНЫЕ ЗАДАНИЯ. ИГРАЙТЕ  И ВЫ ВМЕСТЕ С ДЕТЬМИ, ПОЛУЧАЙТЕ УДОВОЛЬСТВИЕ И ПОЛЬЗУ!

**Упражнение "Ухо - нос"**

Левая рука - взяться за кончик носа, правая рука - взяться за правое ухо. По команде отпустить ухо-нос, хлопнуть в ладоши и поменять положение рук "с точностью наоборот".

**Упражнение "Змейка"**

Скрестить руки ладонями друг к другу, сцепить пальцы в замок, вывернуть руки к себе. 1 вариант: ребенок с закрытыми глазами называет палец и руку, к которым прикоснулся педагог. 2 вариант: точно и четко двигать пальцем, который называет педагог. Следить, чтобы остальные пальцы в движении не участвовали.

**Упражнение «Колечко»**

Поочередно и как можно быстрее перебирайте пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т.д. Проба выполняется в прямом и в обратном (от мизинца к указательному пальцу) порядке. В начале упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем сразу двумя руками.

**Упражнение «Кулак-ребро-ладонь»**

Три положения руки на плоскости стола, последовательно сменяют друг друга. Ладонь на плоскости, сжатая в кулак ладонь, ладонь ребром на плоскости стола, распрямленная ладонь на плоскости стола. Выполняется сначала правой рукой, потом -левой, затем -двумя руками вместе по 8-10 раз. Можно давать себе команды(кулак -ребро-ладонь)