***Влияние образовательной кинезиологии***

***на развитие интеллекта и развитие речи.***

 Бесспорно, все мы знаем, что наш мозг находится в черепной коробке в непрерывной связи с остальными частями нашего тела. Но на практике, когда мы исследуем мышление, пробуем стимулировать его, создавать благоприятные условия для учения и творчества, мы стремимся рассматривать его как **бестелесный процесс**, словно роль тела заключается только в том, чтобы "переносить" мозг с места на место и таким образом обеспечивать его важную работу.

 Но не всё мышление и учение сосредоточено лишь в голове. Напротив, наше тело играет о**бъединяющую** роль во всех интеллектуальных процессах, начиная с раннего детства и до глубокой старости. Важнейшая роль тела в процессе учения уже отчётливо доказана многими научными исследованиями. Чем подробнее учёные рассматривают сложные связи, существующие между мозгом и телом, тем отчётливее выявляется главное: **движение необходимо для учения**. Движение пробуждает и активизирует многие умственные способности.

 Учение требует овладения навыками, а навыки любого вида связаны с освоением движения мышц. Все наши умения – это часть работы мышц, играющих важнейшую роль в развитии навыков человека. Последние исследования доказывают: движение приносит непосредственную пользу нервной системе**. Мышечная активность, особенно** **координированные движения, стимулируют продукцию нейротропинов, природных** **веществ, отвечающих за рост нервных клеток и увеличивающих число нервных связей в мозге.**

 Существует так называемая **Гимнастика Мозга**, упражнения которой активизируют полноценную деятельность ума и тела, помогают управлять своей эмоциональной, физической и умственной жизнью. Эти интегрирующие упражнения пробуждают систему "интеллект-тело" и приводят её в готовность к обучению.

 Программа "Гимнастика Мозга" была разработана в 1970-х годах американским доктором Полом Деннисоном в Центре группового учения для неуспевающих "Долина" в Калифорнии, где он в течение 20 лет помогал детям и взрослым. Деннисон разработал систему быстрых, простых, специфичных движений, приносящих пользу каждому обучающемуся независимо от его проблемы.

 Особенно эффективна оказалась она в отношении детей с ОВЗ, диагностированных как "неспособных к обучению", у которых наблюдаются:

 - системное нарушение речевой деятельности;

 - недостаточная речевая активность;

 - незрелость психических процессов;

 - пространственные нарушения;

 - расстройства в эмоционально – волевой, личностной сферах;

 - снижение работоспособности;

 - общая соматическая ослабленность;

 - отставание в развитии двигательной сферы.

 В 1987 году в Америке была основана Организация Образовательной Кинезиологии. (Кинезиология – наука о развитии головного мозга через движение).

 В 1987 г.результаты ГМ (гимнастики мозга) были оценены экспериментально. В этомэксперименте принимали участие 19 учеников специальной школы. Каждый ученик делалупражнения ГМ по 10-15 минут ежедневно.

 Кинезиологи ставили перед собой следующие задачи:

* Развитие межполушарной специализации.
* Синхронизация работы полушарий.
* Развитие общей и мелкой моторики.
* Развитие памяти, внимания, воображения, мышления.
* Развитие речи.
* Формирование произвольности.
* Снятие эмоциональной напряженности.
* Создание положительного эмоционального настроя.
* Профилактика дислексии и дисграфии.

 **Показатели прогресса учеников за 1 год таковы, что их успеваемость повысилась на 50%. Значительно повысилась способность учащихся концентрироваться на выполняемом задании**.

 С этого времени Гимнастика Мозга начала распространяться по всему миру и принесла замечательные результаты в развитии учеников как общих, так и специальных учебных заведений.

 В России ГМ впервые появилась в 1988 г. Сейчас её используют в своей работе в учреждениях психологической помощи в 15 крупных городах страны (Москва, Санкт - Петербург, Томск, Уфа, Орехово-Зуево и др.). Все педагоги, использующие кинезиологическую практику, отмечают необыкновенные успехи у людей всех возрастов.

 Все движения комплексов ГМ воздействуют на различные системы управления организмом. Все их можно разделить на три блока:

 **Упражнения, увеличивающие тонус коры г/м (дыхательные упражнения, массаж биологически-активных точек.)**

**Цель:** повышение энергетики коры г/м.

 **Упражнения, улучшающие возможности приёма и переработки информации (движения конечностями перекрёстно-латерального характера).**

**Цель:** восстановление нарушенных межполушарных связей и функциональной асимметрии мозга.

 **Упражнения, улучшающие контроль и регуляцию деятельности (движения и позы перекрёстного характера).**

**Цель:** восстановление связи между лобным и затылочным отделами мозга, установление баланса между правым и левым полем человека, снятие эмоционального стресса.

 Выполнение упражнений ГМ требует осмысленности и высокого уровня саморегуляции. Осуществление такого движения и доведение его до автоматизма возможно только при условии создания в коре г/м новых нейронных сетей, что в свою очередь расширяет резервные возможности мозга.

 Система работы, опирающаяся на двигательные методы, наиболее оптимальна для коррекции отклонений и развития компенсаторных способностей учащихся.

**Условия применения комплексов "Гимнастики Мозга"**

 Основным требованием к квалифицированному использованию специальных кинезиологических комплексов является точное выполнение движений и приёмов. Применение упражнений, возможно, как на предметных уроках, так и на специальных уроках кинезиологии.

 Желательно, чтоб каждый ученик почувствовал и осознал изменения, происходящие с ним. Для этого оптимально проводить занятия с **небольшой подгруппой детей или** **индивидуально**. Кинезиологические занятия **дают как немедленный, так и кумулятивный (накапливающийся) эффект** для повышения умственной работоспособности иоптимизации интеллектуальных процессов. Занятия должны **проводиться в эмоционально комфортной, доброжелательной обстановке, если есть возможность – под спокойную музыку.** Занятия, проходящие в ситуации стресса, не имеют своего воздействия.

 Результативность занятий зависит от систематической и кропотливой работы. С каждым **днём задания могут усложняться, объём заданий увеличиваться, наращиваться темп** **выполнения заданий**. Происходит расширение зоны ближайшего развития подростка и переход её в зону актуального развития.

 Если кинезиологические упражнения используются на предметных уроках, то необходимо учитывать следующее: выполнение стандартных учебных действий может прерываться сериальным к/з комплексом, тогда как творческую деятельность прерывать нецелесообразно. В случае, когда учащимся предстоит интенсивная умственная нагрузка, требующая раскрытия интеллектуального потенциала и элементов творчества, специальный кинезиологический комплекс рекомендуется применять перед началом работы. Это объясняется тем, что творческие виды деятельности, связанные с работой правого полушария и целостного восприятия должны выполняться при полном погружении в проблему. Деятельность, связанная с логикой, знаками, чертежами и, следовательно, с работой левого п/ш и дискретного восприятия, может быть прервана выполнением специальных упражнений.

 **Продолжительность занятий зависит от возраста и может составлять от 10-15 до 20-35 минут в день. Заниматься необходимо ежедневно. Длительность занятий по одному комплексу упражнений – 45-60 дней. Желательно реализовать к/з цикл:**

- комплекс упражнений для развития межполушарных связей (6-8 недель).

- Перерыв (2 недели).

- комплекс упражнений для развития правого п/ш (6-8 недель).

- Перерыв (2 недели).

- комплекс упражнений для развития левого п/ш (6-8 недель).

 **Огромная польза и привлекательность ГМ состоит в её простоте и практичности. Человек может выполнять эти упражнения в любое время и в любом месте, для повышения эффективности того, что он в данный момент делает. Главная идея, которую пропагандируют кинезиологи, такова – развивающая работа должна быть направлена от движения к мышлению, а не наоборот**.