**Мастер-класс для педагогов «Секрет талантливых дошколят**

**или кинезиология на все случаи жизни» подготовила и провела воспитатель ВКК МКДОУ №1 «Ручеек» г. Барабинска Усольцева Любовь Васильевна.**

**Цель мастер - класса:** Распространение педагогического опыта по применению **здоровьесберегающих технологий в воспитательно**-образовательном процессе.

**Задачи:**

Познакомить педагогов с новой современной здоровьесберегающей технологией - с кинезиологией.

Привлечь педагогов к результативному воспитательно-образовательному процессу;

Заинтересовать педагогов в обучении приёмам и методам, которые оказывают положительное воздействие на **здоровье воспитанников**.

**Оборудование:** презентация, раздаточный материал: набор карточек: по 9 штук для каждого со словами: («карась», «орел», «овца», «бегать», «плавать», «летать», «шерсть», «перья», «чешуя»), по листу белой бумаги и по 2 простых карандаша для каждого участника; памятки с кинезиологическими упражнениями.

**Ход мастер – класса:**

 Здравствуйте, уважаемые коллеги! Прежде чем мы будем говорить о главном, выполним с вами задание, которое называется *«Воздушный шар»* ***(Слайд 1)***

 Посмотрите на экран. Перед вами воздушный шар, который летит над землей. Еще есть человек в корзине воздушного шара. Это Вы. Вокруг вас ярко светит солнце, над вами голубое небо. С собой в путешествие вы возьмете 9 ценностей. (Деньги, **здоровье**, работа, любовь, счастье, красота, дружба, отпуск). А теперь представьте, что ваш воздушный шар начал снижаться. Вам нужно избавиться от балласта, чтобы подняться вверх. Сбросьте балласт, уберите 3 ценности *(потом еще 3, затем 2)*.

 В вашем списке должны остаться те ценности, без которых вы не представляете своей жизни. Какую ценность вы оставили? Поднимите руки, у кого осталось в списке **здоровье**?

***(Слайд 2****)* Свой **мастер**-класс **«Секрет талантливых дошколят или кинезиология на все случаи жизни»** хочу начать со слов писателя, педагога Януша Корчака: «Детям совершенно так же, как и взрослым, хочется быть **здоровыми и сильными**, только дети не знают, что для этого надо делать. Объясним им, и они будут беречься».

***(Слайд 3, 4 Цель, задачи****)* Жизнь современного ребенка становится все разнообразнее и сложнее. И она требует не шаблонных, привычных действий, а подвижности, гибкости мышления, быстрой ориентации и адаптации к новым условиям, творческого подхода к решению больших и малых проблем. Один из методов решения этих задач является метод **кинезиологии,** который использую в своей работе.

***Слайд 5.* Кинезиология** – наука о развитии умственных способностей и физического здоровья через определенные двигательные упражнения. И именно эти упражнения позволяют улучшить работу головного мозга, отвечающего за развитие психических процессов и интеллекта.

***Слайд 6***. Всем известно, что человеческий мозг состоит из двух полушариев. Обычно у человека одно из полушарий является доминирующим и это проявляется в различии способа переработки информации. Люди с доминирующим левым полушарием обладают логическим складом ума. А творческие личности – это люди с доминирующим правым полушарием.

 Предлагаю вам прямо сейчас определить, какое полушарие доминирует именно у Вас. Для этого мы воспользуемся одной из методик определения функциональной асимметрии полушарий (тест Павлова).

Разложите карточки по 3 на 3 группы так, чтобы в каждой группе было что-то общее.

Оценка результатов:

***Слайд 7***. Если Вы разложили карточки по 1 варианту, а именно:

*1-я группа карточек – «карась», «орел», «овца».*

*2-я группа карточек – «бегать», «плавать», «летать».*

*3-я группа карточек – «шерсть», «перья», «чешуя».*

То у вас преобладает логическое мышление, у вас мыслительный тип и доминирует левое полушарие.

***Слайд 8***. Если Вы разложили карточки по 2 варианту, а именно:

*1-я группа карточек – «карась», «плавать», «чешуя».*

*2-я группа карточек – «орел», «летать», «перья».*

*3-я группа карточек – «овца», «бегать», «шерсть».*

  То у вас образное мышление, у вас художественный тип и доминирует правое полушарие.

 Какие результаты бы Вы не получили, никогда не поздно начать тренировать свой мозг, чтобы оба полушария головного мозга стали равноценно развиты. Так вот роль кинезиологии заключается в том, чтобы синхронизировать работу обоих полушариев, передавать информацию из одного полушария в другое.

 Существует ряд кинезиологических упражнений, которые улучшают мыслительную деятельность, развивают межполушарное взаимодействие, мелкую моторику, память, внимание, речь, мышление.

 Предлагаю Вам выполнить несколько простых, но действенных упражнений вместе со мной.

**1 упражнение  «Колечко».** Поочередно и как можно быстрее нужно перебирать пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т. д. Вначале упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе. Попробуем в прямом порядке *(от указательного пальца к мизинцу)* и в обратном *(от мизинца к указательному пальцу)* порядке.

**2 упражнение называется «Оладушки».** Правая рука лежит на колене ладонью вниз, левая – на другом колене ладонью вверх. Нам нужно одновременно менять позицию рук. *(Показываю)* По мере усвоения – движения ускорять.

А теперь попробуем со словами:

Мы играли в ладушки – жарили оладушки.

Так пожарим, повернем – и опять играть начнем.

**3 упражнение – Кулак – ребро – ладонь.**  Три положения руки на плоскости стола: кулак, ребро, ладонь. Они последовательно сменяют друг друга. Выполняем сначала правой рукой, потом – левой, затем – двумя руками вместе. Количество повторений – по 8-10 раз.

Лягушка (кулак) хочет (ребро) в пруд (ладонь),

Лягушке (кулак) скучно (ребро) тут (ладонь).

 Таких простых, но очень действенных упражнений очень много. Я подготовила для вас небольшие буклеты, в которых вы найдете некоторые кинезиологические упражнения, они помогут вам в вашей работе с детьми и пригодятся для вас самих.

***Слайд 9***. Одной из форм кинезиологических упражнений является **зеркальное рисование.** Это рисование двумя руками одновременно.

 Такое **рисование** очень увлекательно и полезно *(и не только для детей)*.

Во-первых, с его помощью можно познакомить ребенка с симметрией,

во-вторых, оно развивает мелкую моторику, пространственное мышление, воображение и,

 в-третьих, повышает способность ребенка к самоконтролю, сосредоточению.

Кроме того, **рисование двумя руками** является отличной зарядкой для мозга, так как задействуются оба полушария одновременно.

Используя такие задания в практике, отмечаю у детей повышение работоспособности, активизацию познавательных процессов.

Перед вами лист бумаги, приклейте его скотчем к столу, чтобы он не скользил. Берём 2 карандаша и ставим в центр картинки. Необходимо обводить одновременно 2 руками. Именно это и даёт полезный эффект. В данный момент у вас включается и правое, и левое полушарие, а значит мозг развивается.

 **В комплексы кинезиологических упражнений включены растяжки, дыхательные упражнения, глазодвигательные упражнения, телесные упражнения, упражнения для развития мелкой моторики, упражнения на релаксацию и массаж.**

Сегодня я вам представила только часть этих упражнений.

Уважаемые коллеги, я благодарю вас за внимание и участие в мастер-классе, надеюсь, что он был для вас информативен, полезен и интересен. Пусть вы и ваши детки всегда будут **здоровы**!