

РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ «КИНЕЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ИГРЫ В МУЗЫКАЛЬНОМ РАЗВИТИИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА»

«КИНЕЗИОЛОГИЯ» – наука о развитии умственных и творческих способностей через определённые двигательные упражнения. Благодаря этим упражнениям создаются новые нейронные сети и происходит качественное улучшение эффективности взаимодействия полушарий мозга. Повышается уровень развития.

При регулярном выполнении специальных движений образуется большое количество нервных волокон, связывающих полушария головного мозга. Происходят положительные структурные изменения.

Несколько правил по применению кинезиологических упражнений:

1. Основным требованием к использованию кинезиологических упражнений является четкое выполнение движений. Вначале сам взрослый должен «отчеканить шаг», а потому уже показывать это детям.
2. Все упражнения очень простые, поэтому их можно выполнять в любом месте и в любое удобное время.
3. Заниматься ежедневно.
4. Упражнения должны быть в виде игры.
5. Продолжительность занятий от 5 до 20 минут.
6. Одно упражнение не должно занимать более 2 минут.
7. Все упражнения нужно выполнять вместе с детьми, постепенно усложняя и увеличивая время и сложность.

КИНЕЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ

Игры и упражнения на разнотипичное согласование движений рук.

Цель: развитие межполушарного взаимодействия через ритмичное согласование разнотипных движений рук.

(упражнения основаны на переходе из одной позиции в другую)

«КУЛАЧКИ – ЛАДОШКИ»

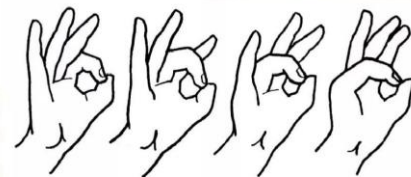
Ладони лежат на столе, тыльной стороной вверх, ритмично сжимаем ладони в кулаки, разжимаем (ладони), сжимаем, разжимаем.

Усложнение:

- одна рука-кулак, вторая- ладонь, одновременно меняем- первая –ладонь, вторая кулак, ритмично одновременно меняем положение, доводя до автоматизма;
- ладонь, ладонь, кулак, кулак. Ладони превращаем в кулаки не одновременно,

а поочередно, ритмично, доводя до автоматизма. Вначале образец взрослого необходим, затем постепенно пытаемся предложить ребенку продолжить выполнение упражнения самостоятельно.

«КУЛАК – КОЛЬЦО»



кулак- кольцо (*большой и безымянный пальцы*),
кулак- кольцо (*большой палец и мизинец*), затем в обратном направлении.
Одновременно двумя руками руки совершают следующие действия:
кулак- кольцо (*большой и указательный пальцы*),
кулак-кольцо (*большой и средний пальцы*),
кулак- кольцо (*большой и безымянный пальцы*),
кулак- кольцо (*большой палец и мизинец*), затем в обратном направлении.

«КАСТРЮЛЬКА – КРЫШЕЧКА»

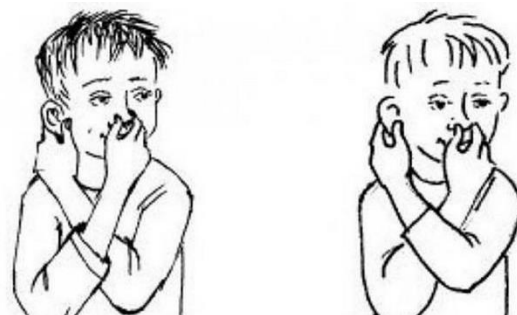
Одна рука в кулаке вертикально («кастрюлька»),
другая - «крышечка» - ложится на кастрюльку,
поменяйте положение рук с «точностью до наоборот».
Действия четкие, ритмичные, доводим до автоматизма.

«ЯБЛОЧКО И ЧЕРВЯЧОК»

Рука в кулаке (яблоко), большой палец вверх – это червячок, червячок то спрятался в яблоко (убираем палец в кулак), то показался (достаем). Вначале ребенок делает одновременно на обеих руках- червячки спрятались, показались. Затем поочередно- на одной руке спрятался, на другой показался. Усложняем через добавление хлопка.

УПРАЖНЕНИЕ «УХО – НОС – ХЛОПОК»

Левой рукой возьмитесь за кончик носа,
а правой рукой за противоположное ухо.
Одновременно отпустите ухо и нос,
хлопните в ладоши, поменяйте положение
рук с «точностью до наоборот».



МУЗЫКАЛЬНЫЕ КИНЕЗИОЛОГИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ

1. «ПАУЧИНА»

Пау-паучина паутину шил. (соединяем большой палец левой руки с указательным пальцем правой, затем указательный левой и большой правой. Таким образом, «шагаем пальцами»)

Вдруг закапал дождик, (имитируем капание дождика, соединив средние и большие пальцы на обеих руках)

паутину смыл. (смахиваем одной рукой с ладони другой руки)

Вот и солнце вышло, стало подсыхать, (складываем ладони вместе, крутим их в разные стороны, поднимая руки вверх)

пау-паучина трудится опять. (повторяем первое движения плетения паутины).

Далее куплеты повторяются, меняя пальцы (1-3 и 1-4)



2. «ВВЕРХ, ВНИЗ, ВПРАВО, ВЛЕВО»

Вверх, вниз, вправо, влево – (хлопки руками над головой, внизу, в правой стороне и в левой)

Жил король и королева. (поочередно левой и правой руками показываем «корону» тремя пальцами – указательным, средним, безымянным)

Вправо, влево, вверх, вниз – (хлопки в соответствии с текстом)

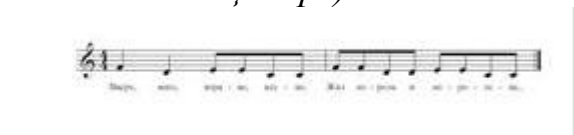
Встретил зайца старый лис. (поочередно левой рукой показываем «зайца» (рука сложена в кулак, указательный и средний пальцы вверх), правой рукой показываем «лиса» (пальцы сложены «уточкой», указательный и мизинец вверх)

Вниз, вправо, влево, вверх – (хлопки в соответствии с текстом)

Скушай жареный орех. (поочередно подносим ко рту, руки, держащие воображаемый орех (большим и указательным пальцами)

Влево, вверх, вниз, вправо – (хлопки в соответствии с текстом)

Кто все сделал? Скажем "браво"! (попеременно показываем руками на себя, на соседа, а в конце показываем «лайк» (ладони сложены в кулак, большой палец вверх)



3. «ИЗ ТРУБЫ ПОВАЛИЛ ДЫМ»

Из трубы повалил дым (пальцы на каждой руке сложены в кулак, образуя с большим пальцем «о». Ставим кулачки друг на друга, изображая трубу, затем одна рука пролазит через «о», раскрывая ладонь, потом другой рукой делаем тоже самое)

Колечки, колечки, колечки, колечки (соединяем большой и указательный пальцы на обеих руках и сцепляем их между собой, изображая «цепь», затем меняем руки местами. Также повторяем, соединяя большой и средний, большой и безымянный, большой и мизинец)

Нарисуем колечкам мы ножки (рисуем указательными пальцами обеих рук, как карандашами)

Нарисуем колечкам мы рожки (рисуем мизинцами обеих рук, как карандашами)

Стали бодаться колечки (снова делаем «цепь» пальцами)

Стали бодаться овечки (делаем «козу» - указательным и мизинцем).



4. «ПАЛЬЦЫ – ДРУЖНАЯ СЕМЬЯ»

В гости к пальчику большому (перебираем пальцы на обеих руках, соединяя в кольцо с большим пальцем)

Приходили прямо к дому

Указательный и средний, (стучим указательным, затем средним пальцем по большому пальцу в соответствии с ритмом песенки)

Безымянный и последний. (так же, как и в предыдущей строчке)

Сам мизинчик-малышок (при одновременном исполнении двумя руками стучим мизинцем и большим одновременно на обеих руках)

Постучался на порог. (при одновременном исполнении двумя руками стучим мизинцем и большим попеременно на левой и правой руках)

Пальцев дружная семья – (перебираем пальцы на обеих руках, соединяя в кольцо с большим пальцем – от указательного к мизинцу и обратно)

Друг без друга им нельзя.



5. «ПОРΟΣЯТА»

Этот толстый поросенок спину об забор чесал, *(большими пальцами обеих рук тереть друг о друга (ладони в кулаках))*

и при этом поросенок что-то тихо напевал.

Этот умный поросенок *(качать указательными пальцами качать влево-вправо)*

спицы взял и нитки взял. *(погрозить одним указательным пальцем, затем другим)*

Этот умный поросенок *(качать указательными пальцами качать влево-вправо)*

курточку себе связал. *(указательным пальцем одной руки постучать по указательному пальцу другой, затем поменять местами)*

А вот этот поросенок носом огород копал. *(стучать средним пальцем по большому на обеих руках)*

Был голодный поросенок, он еду себе искал. *(соединенными средним и большим пальцами правой руки покрутить в центре ладони левой руки, затем поменять)*

Этот соня-поросенок под дождем лениво спал. *(стучать безымянным пальцем по большому одновременно на обеих руках)*

Этот соня-поросенок под дождем весь день дрожал. *(стучать безымянным пальцем по большому на обеих руках попеременно)*

У малышки – поросенка только хвостик видно нам. *(руки в кулачках, махать мизинцами)*

Эй, малышка – поросенок, покажись своим друзьям. *(сжать кулачки, затем раскрыть все пальцы и крикнуть «Привет»)*

Подготовил: музыкальный руководитель Грязева О.А.