

Мастер-класс

**«Биоэнергопластика и
кинезиологические упражнения
в работе с воспитанниками
ДОО»**



**«Истоки способностей и дарования
детей – на кончиках их пальцев.
От пальцев, образно говоря, идут
тончайшие нити - ручейки, которые
питают источник творческой
мысли. Другими словами, чем
больше мастерства в детской руке,
тем умнее ребёнок»**

В.А.Сухомлинский

*«Биоэнергопластика» - это система упражнений
для развития гибкости артикуляционного
аппарата и синхронности его движений с
движениями кистей рук.*



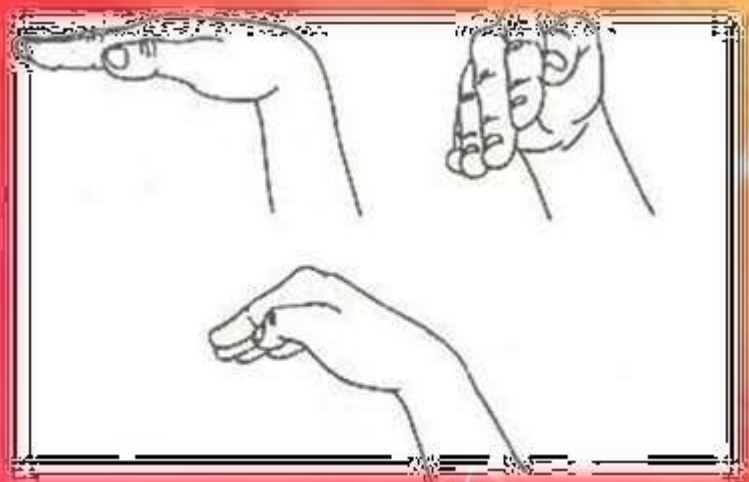
*Весь комплекс игр и упражнений
«Биоэнергопластики» направлен на*

- **развитие артикуляционного аппарата**
- **мелкой моторики пальцев**
- **развитие чувства ритма, координации
движений**

«ЧАСИКИ»

Тик-так, тик-так,
Язычок качался так,
Словно маятник часов.
Ты в часы играть готов?

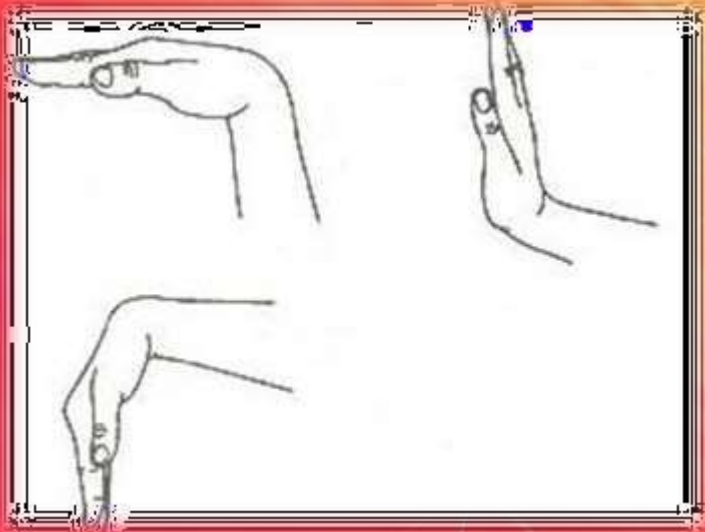
*(сжатая и опущенная вниз ладонь,
которая движется под счет влево – вправо)*



«КАЧЕЛИ»

Сели дети на качели
И взлетели выше ели,
Даже солнышка коснулись,
А потом назад вернулись.

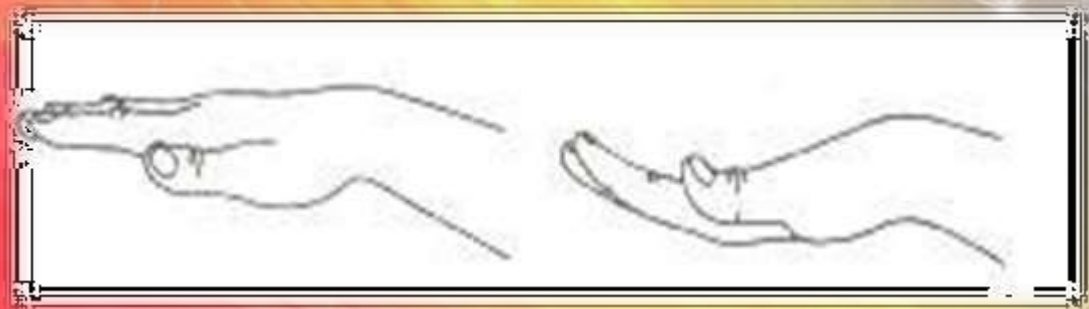
*(движения ладони с сомкнутыми пальцами вверх,
вниз)*



«Лягушка»

Подражаем мы лягушкам:
Тянем губы прямо к ушкам.
Вы сейчас тяните губки-
Я увижу ваши зубки.
Мы потянем-перестанем
И нисколько не устанем.

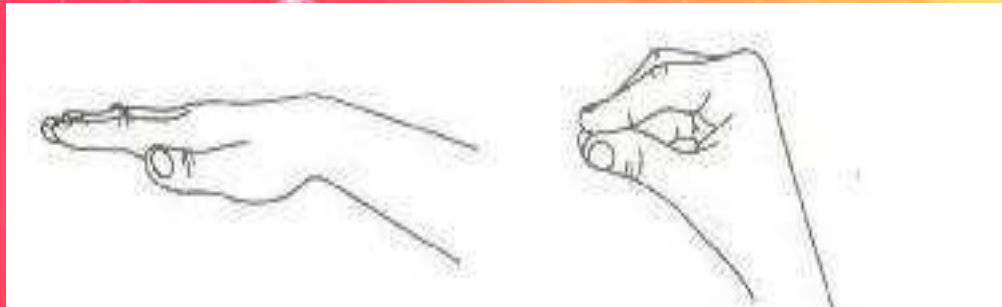
(пальчики расставлены в стороны, как лучики солнышка. Под счет 1 –пальчики расправляются и удерживаются одновременно с улыбкой 5 сек., на счет 2 –ладонь сворачивается в кулак.)



«СЛОНЁНОК»

**Я водичку набираю
И ребяток поливаю!
Буду подражать слону!
Губы «хоботом» тяну.
А теперь их отпускаю
И на место возвращаю.**

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

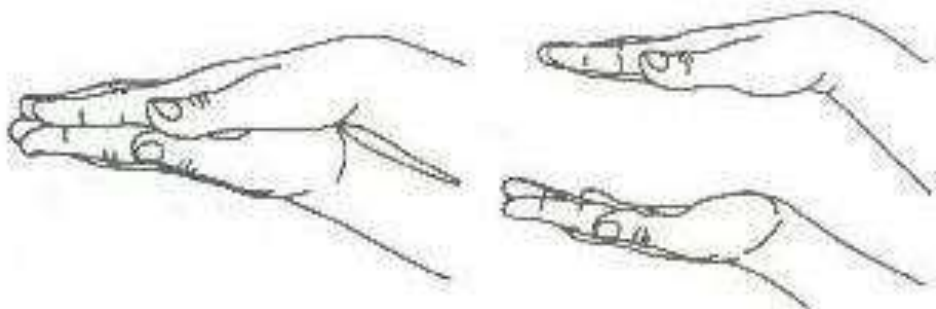
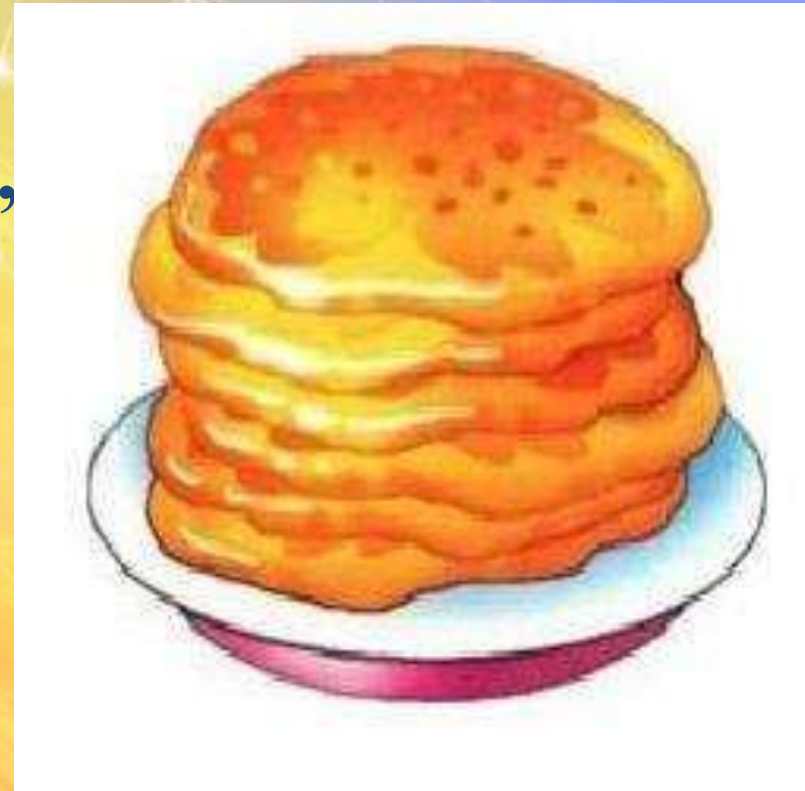


«БЛИНЧИКИ»

Испекли блинов немножко,
Остудили на окошке.

Есть их будем со сметаной,
Пригласим к обеду маму.

*(ладони с сомкнутыми пальцами
соединяем дуг с другом)*



«ЧАШЕЧКА»

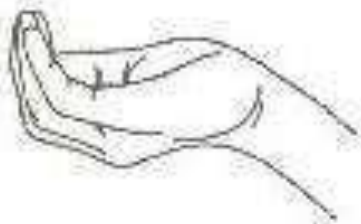
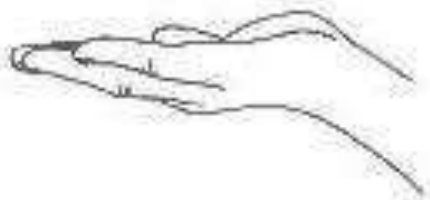
Вкусных мы блинов поели,

Выпить чаю захотели.

Язычок мы к носу тянем,

Чашку с чаем представляем

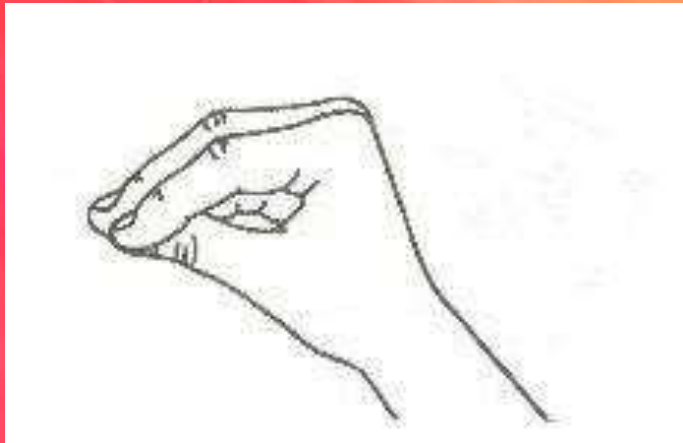
*(пальцы прижаты друг к другу,
имитируя положение «чашечки»)*



«ЛОШАДКА»

**Я- весёлая лошадка,
Тёмная, как шоколадка.
Язычком пощёлкой громко,
Стук копыт услышишь звонк**

(Рука в горизонтальном положении (лежит на столе). Ладонь с сомкнутыми пальцами согнута. Под счёт поочерёдно касаются стола кончики пальцев и запястье.)



Кинезиология – это наука о развитии головного мозга через движения.

Кинезиология 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.



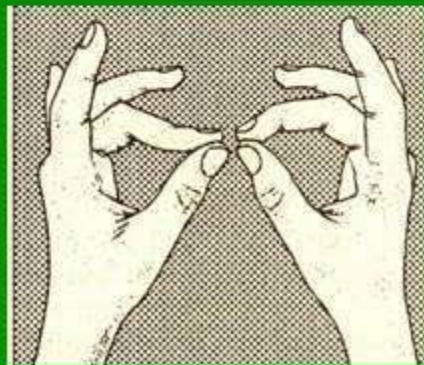
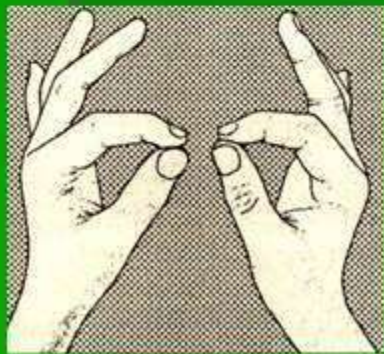
*Кинезиологические упражнения
направлены на*

- **развитие межполушарных связей**
- **улучшение памяти, внимания**
- **мелкой моторики пальцев**

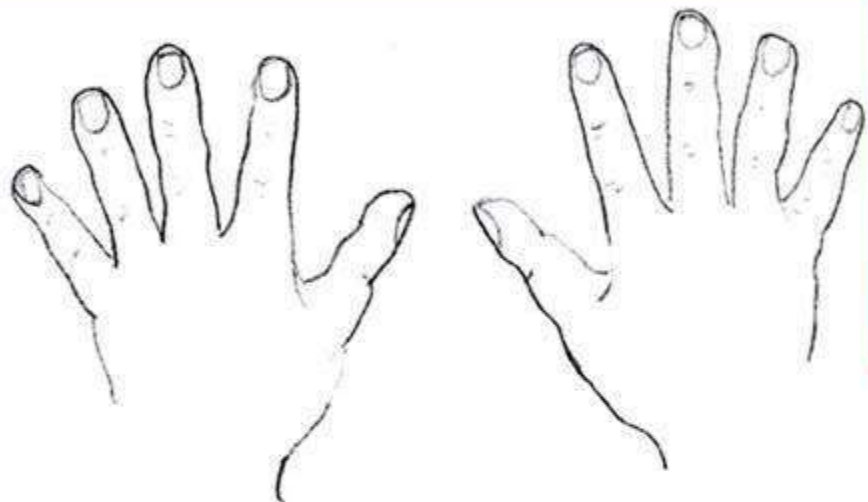
Кинезиологические физминутки

- «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 порядке. Вначале каждой рукой отдельно, затем сразу двумя руками.



Упражнение «Фонарик»



Фонарики зажглись.
Пальцы выпрямить

Фонарик погас

Фонарик зажегся

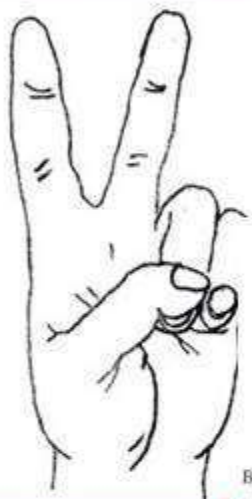


Пальцы одной руки сжаты



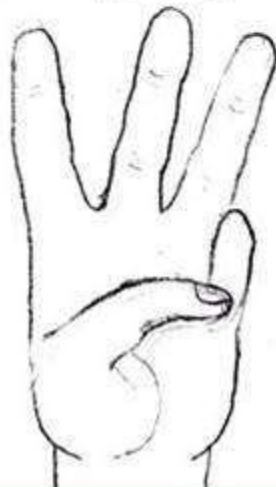
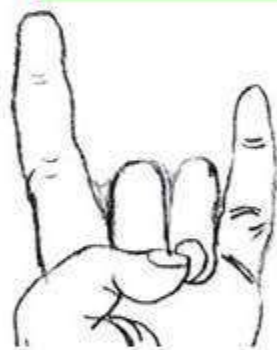
Пальцы другой руки выпрямлены

Упражнение: «Зайчик-коза-вилка»



Коза.

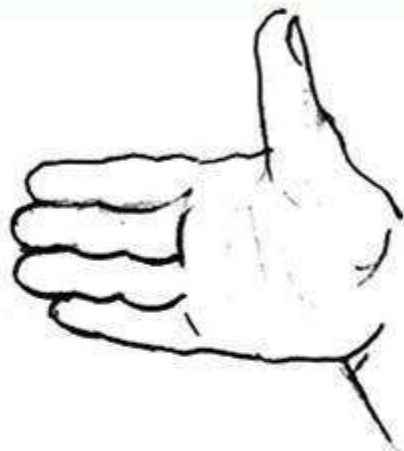
Указательный палец и мизинец выпрямить. Средний и безымянный - прижать большим пальцем к ладони.



Вилка

Указательный, средний и безымянный пальцы вытянуты вверх, расставлены врозь и напряжены. Большой палец прижимает мизинец к ладони.

Упражнение: «Флажок-рыбка-лодочка»



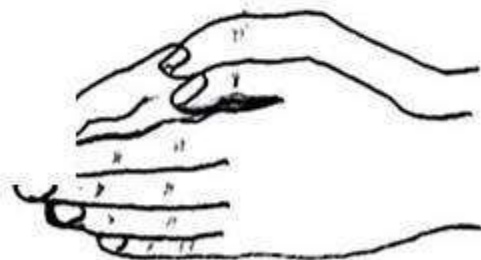
Флажок

Ладонь ребром, большой палец выт.



Рыбка

Пальцы вытянуты и прижаты друг другу.
Указательный палец опирается на большой палец.



Лодочка.

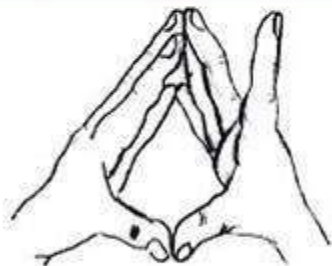
Обе ладони поставлены на ребро и соединены
"ковшиком", большие пальцы прижаты к ладони.

Упражнение: «Сарай-дом с трубой-пароход»



Сарай.
Пальцы рук соединить под углом -
"крыша". Большие пальцы прижаты
к ладоням.

Дом с трубой.
Пальцы рук соединить под углом, большие
пальцы соединить друг с другом.
Указательный палец одной руки
выпятившись - это "труба".



Пароход.
Обе ладони соединены
"ковшиком", большие пальцы
подняты вверх - это "труба".

Кинезиологические физминутки

- «Кулак –ребро –ладонь»

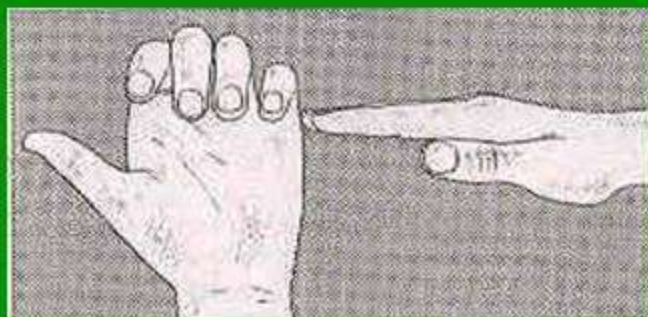
Три положения на плоскости стола, последовательно сменяют друг друга. Ладонь на плоскости, сжатая в кулак ладонь, ладонь ребром на плоскости стола, распрямленная ладонь на плоскости стола. Выполняется сначала правой рукой, потом –левой, затем двумя руками вместе по 8-10 раз.



Кинезиологические физминутки

- «Лезгинка»

Левую руку сложите в кулак, большой палец отставьте в сторону, кулак разверните пальцами к себе. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикоснитесь к мизинцу левой. После этого одновременно смените положение правой и левой рук. Повторить 6-8 раз.





Молодцы!