**Использование кинезиологических упражнений в работе с детьми, имеющими тяжелые нарушениям речи**

*Михеева Мария Валерьевна,*

*учитель-логопед*

У детей с ОВЗ очень часто наблюдается рассогласованность между правым и левым полушарием головного мозга, что отражается в моторной неловкости, трудностях освоения процесса чтения и письма.

Надо отметить, что межполушарные связи формируются со временем. У большинства людей левое полушарие отвечает за речь и логическое мышление, правое полушарие – за целостно-образное восприятие. Поэтому чтобы оба полушария работали хорошо, нужно выполнять специальные упражнения, которые улучшают мыслительную деятельность, способствуют улучшению процессов памяти и внимания, облегчают процесс освоения письма и чтения.

Кинезиоупражнения называют «Разминкой для мозга». Ими хорошо воспользоваться в любой ситуации, требующей сосредоточенности и внимания. Рассмотрим их подробно.

***Упражнение 1 «Кнопочки».***

Инструкция: «У нас на теле есть такие “кнопочки”, на которые нажимаешь и “включаешь” мозг. Две из них находятся в ямках под ключицами. Вначале массируем мягкими круговыми движениями двумя пальцами правой руки ту, что под правой ключицей, а левую руку держим на животе в области пупка. Затем нужно поменять руки».

***Упражнение 2 «Колечко».***

Поочередно и как можно быстрее перебирать пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т.д. Упражнение выполняется в прямом порядке (от указательного пальца к мизинцу, а затем в обратном).

Вначале упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе.

***Упражнение 3 «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).

***Упражнение 4 «Лезгинка».***

Левую руку ребенок складывает в кулак, большой палец отставляет в сторону, а кулак разворачивает пальцами к себе. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикасается к мизинцу левой. После этого одновременно меняет положение правой и левой руки. Необходимо менять положение рук 6–8 раз и добиваться высокой скорости выполнения.

***Упражнение 5 «Ухо****–****нос».***

Левой рукой ребенок берется за кончик носа, а правой рукой – за противоположное ухо. Одновременно отпуская ухо и нос, хлопает в ладоши. Затем положение рук следует поменять «с точностью до наоборот».

***Упражнение 6 «Голова - живот».***

Инструкция: «Исходное положение – стоя. Одновременно делать поглаживающие движения по животу одной рукой, похлопывающие движения по голове – другой рукой. Затем поменять руки».

***Упражнение 7 «Скорая помощь».***

Инструкция: «Проговаривай вслух букву из верхнего ряда, а букву из нижнего - показывай движением руки: Л - левая рука поднимается, П - правая рука поднимается, В - обе руки поднимаются вверх. Упражнение нужно выполнять последовательно: от первой буквы к последней, а затем от последней буквы к первой». Это упражнение можно выполнять перед уроками, контрольной и т.п. Буквенные ряды предъявляются на листе бумаги формата А4. Можно дать ребенку цветные карандаши, чтобы он раскрасил буквы из первого ряда, они станут яркими на фоне других букв.

Этот комплекс упражнений мы рекомендуем ребенку выполнять ежедневно утром и перед выполнением домашних уроков. Продолжительность – 8-10 мин.

# А В П О Т Ш К

Л Л П В П П В

В Г Ш З Х Е У

П Л Л В В Л П