**Уважаемые родители!**

**Кинезиология** – это наука о развитии головного мозга через движение. Она используется во всем мире.

Кинезиологические упражнения – это комплекс движений, позволяющих активизировать межполушарное воздействие.

Для того, чтобы упражнения были интересны и доступны для понимания дошкольников, их объединяют в увлекательные сказки. На занятиях дети с удовольствием слушают и повторяют движения.

Упражнения, используемые в таких сказках направлены на развитие внимания, мышления, памяти, воображения, речи, создают положительный эмоциональный настрой, повышают стрессоустойчивость организма.

С уважением учитель-дефектолог, Шумилова Снежана Сергеевна.

**Сказка «Два котёнка»**

*Способ организации:* сидя за столом.

**Жил-был на свете белый, пушистый котёнок по имени Снежок.**

*(Дети показывают правый кулачок)*

**Он очень любил прогуливаться по своему саду.**

*(Упражнение «Кошка»: последовательно менять два положения руки «кулак» - «ладонь» со словами «Кулачок-ладошка, так гуляет кошка»)*

**В саду росли высокие деревья**

*(Руки вверх, развести пальцы в стороны)*

**и низкие кустарники.**

*(Кисти рук стоят на столе, пальцы разведены в стороны)*

**И вот однажды Снежок вышел прогуляться по саду.**

*(Упражнение «Кошка» правой рукой со словами «Кулачок-ладошка, так гуляет кошка»)*

**и увидел, что на полянке бегает чёрный котёнок.**

*(Упражнение «Кошка» левой рукой со словами).*

**Он быстро помчался к нему, чтобы познакомиться.**

*(Упражнение «Кошка» в быстром темпе).*

**Котёнка звали Уголёк. Они подружились и стали бегать друг за другом.**

*(Упражнение «Кошка» с одновременной сменой позиции)*

**И тут Снежок нашёл на траве кольцо.**

*(Упражнение «Кольцо»: поочерёдно соединять в кольцо большой палец с последующими со словами «Раз, два, три, четыре, пять – весело колечко будем примерять!»)*

**Он стал примерять его на правую лапку, а затем на левую, но колечко оказалось ему велико. Тогда Уголёк стал его примерять.**

*(Упражнение «Кольцо»: из большого и указательного пальцев правой руки делаем колечко и начинаем его нанизывать, не размыкая пальцы на каждый палец левой руки со словами «Мизинец, безымянный, средний, указательный, большой – ой, ой, ой»)*

**И тут кольцо упало и покатилось по тропинке – котята побежали ним.**

*(Упражнение «Кошка»)*

**Тропинка привела их к пруду, в котором сидела лягушка и громко плакала от того, что ей было грустно одной. Котята решили её развеселить и показали ей интересную игру.**

*(Упражнение «Ладушка-оладушки»: правая рука лежит ладонью вниз, а левая – ладонью вверх; одновременная сена позиции со словами «Мы играли в ладушки – жарили оладушки, так пожарим, повернём и опять играть начнём»)*

**Лягушка развеселилась и поблагодарила котят, но потом сказала, что темнеет, приближается в ночь, и ей пора в пруд.**

*(Упражнение «Лягушка»: смена трёх положений руки «кулачок»-«ребро»-«ладошка» со словами «Лягушка хочет в пруд, лягушке страшно тут!»)*

**Котята попрощались с ней и тоже отправились домой.**

*(Упражнение «Кошка» с одновременной сменой позиций)*

**По дороге они видели, как на небе мерцают звёзды.**

*(Упражнение «Звёздочки»: пальцы правой ладони сжаты в кулак, левая ладонь раскрыта – пальцы в стороны, затем смена позиций)*

**Вот они добрались домой** *(упражнение «домик»: пальцы рук соединены под углом и кончиками касаются друг друга, большие пальцы отведены в стороны и тоже соприкасаются)* **уставшие, они улеглись на коврике и уснули*.***

*(Вытянуть пальцы из кулачка, потянуть их в стороны).*



**Сказка «Две обезьянки».**

*Способ организации* – сидя за столом

**Жили-были две веселые обезьянки**

(*Упражнение «ухо-нос». 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).*

**Обезьянки очень любили кончить рожицы и показывать языки друг другу язык** *(Медленно оттянуть уши вперед, затем назад. При оттягивании ушей вперед высунуть язычок, при оттягивании назад - спрятать его).*

**Однажды они увидели на высокой пальме**

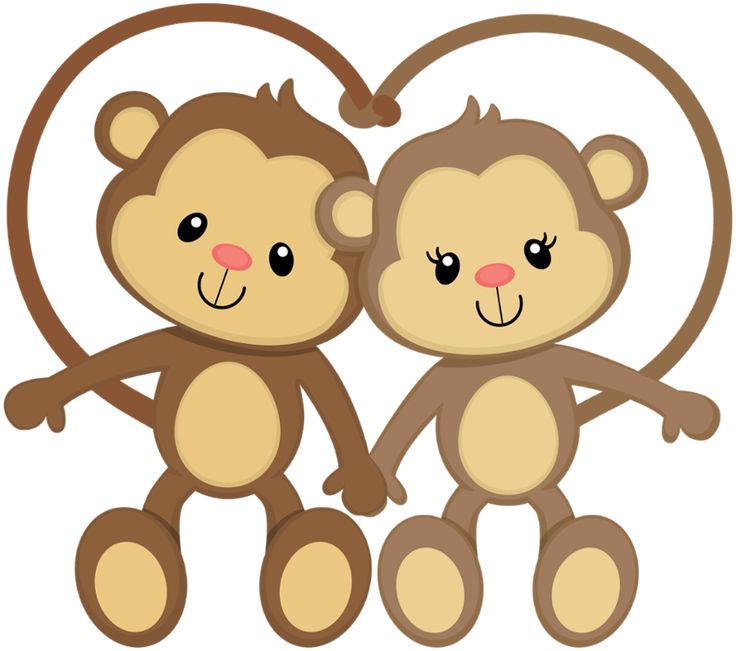
*(Руки вытянуты вверх. Пальцы рук сжимать в кулак и расставлять в стороны),***большой и спелый кокос***( Упражнение «замок». Ладони прижаты друг к другу, пальцы переплести*).

**Обезьянки наперегонки побежали к пальме** *(Упражнение «кулак-ладонь». Левая рука сжата в кулак, правая ладонь лежит на столе, происходит одновременная смена позтций).*

**Они стали смотреть на пальму, какая она высокая** *(Упражнение для глаз «Вверх-вниз»).***Затем обезьянки полезли на пальму***( Руки поставить перед лицом, ладонями от себя. Одна ладонь зажата в кулак, другая распрямлена, происходит смена положения рук).*

**Они сорвали большой и спелый кокос***(Упражнение «замок». Ладони прижаты друг к другу, пальцы переплести*).

**Обезьянки очень обрадовались и и затанцевали** *(Руками встряхнуть. Кисти обеих рук расслаблены, пальцы вниз).*



**Сказка «В гости к бабушке»**

**В гости бабушка позвала**

**Внуков очень поджидала** (*ладони на щеках, качаем головой)*

**По дорожке пять внучат**

**В гости к бабушке спешат** *(пальцы «шагают» по коленям или по столу)*  
**Топ-топ**, *(ладони хлопают по коленям или по столу)*  
**Прыг-прыг**, *(кулачки стучат по коленям или по столу)*  
**Чики-брики**, *(ладони хлопают поочередно по коленям или по полу)*  
**Чики-брик***.( кулачки стучат поочередно по коленям или по столу)*  
**Стоит дерево высокое,** *(руки вытянуты вверх, пальцы рук сжимаем-разжимаем)*

**Дальше - озеро глубокое***(волнообразные движения кистями)*

**Птицы песенки поют** *(ладони скрестить в районе запястий, большие пальчики держат друг друга, ладошками помахать — «птица»)*  
**Зернышки везде клюют** (*ладони перед собой, поочередно сжимаем и разжимаем кулак)*

**Внуки к бабушке идут и гостинцы ей несут** *(«Кулак – ребро – ладонь»)*

**Показался дом вдали***,(«крыша» - соединить кончики пальцев под углом)*

**Мы к нему так долго шли** (*(пальцы «шагают» по коленям или по столу)*  
**Бабушка нам очень рада**

**Для неё внучки - награда***(хлопаем в ладоши).*  
**Мы немножко погостим** *(руки «здороваются» - соединяем по очереди пальчики обеих рук: мизинцы, безымянные, средние, указательные, большие)*  
**И обратно побежим** *(пальцы «бегут» по коленям или по столу)*

**Топ-топ**, *(ладони хлопают по коленям или по столу)*

**Прыг-прыг**, *(кулачки стучат по коленям или по столу)*  
**Чики-брики,** *(ладони хлопают поочередно по коленям или по полу)*  
**Чики-брик***. (кулачки стучат поочередно по коленям или по столу)*



**Сказка «В лесу».**

*Способ организации* – сидя за столом

**Однажды маленький ежонок потерялся в лесу** (*Упражнение «ёжик». Поставить ладони под углом друг к другу, расположить пальцы одной руки между пальцами другой).*

**Он очень испугался и стал плакать. Тут к нему подбежал зайчонок** *(Упражнение «заяц». Указательный и средний палец вытянуты вверх, мизинец и безымянный палец прижаты к ладони большим пальцем*).

**Он спросил у ежика: «Почему ты плачешь?». Ежик рассказал зайчику, что пошел гулять по лесу***(Упражнение «кулак-ладонь». Левая рука сжата в кулак, правая ладонь лежит на столе, происходит одновременная смена положения рук),***и заблудился, а теперь не знает, как найти дорогу домой** *(Упражнение «дом». Пальцы обеих рук соединить под углом, касаясь друг друга кончиками, большие пальцы отвести в сторону и тоже соединить).*

**Зайчик решил помочь ежонку. Они вместе пошли искать его дом***(Упражнение «кулак-ладонь». Левая рука сжата в кулак, правая ладонь лежит на столе, происходит одновременная смена положения рук).*

**В этом лесу росли большие деревья***(Руки вытянуты вверх. Пальцы рук сжимать в кулак и расставлять в стороны).*

**Долго они шли***(Упражнение «кулак-ладонь». Левая рука сжата в кулак, правая ладонь лежит на столе, происходит одновременная смена положения рук),* **но дом ежика не могли найти***(Упражнение «дом». Пальцы обеих рук соединить под углом, касаясь друг друга кончиками, большие пальцы отвести в сторону и тоже соединить).*

**Вдруг им навстречу выбежала собачка***(Упражнение «собака». Ладонь поставить на ребро, большой палец выпрямить и поднять вверх. Указательный палец согнуть, остальные пальцы сомкнуть и оставить выпрямленными).*

**Зайчик** *(Упражнение «заяц». Указательный и средний палец вытянуты вверх, мизинец и безымянный палец прижаты к ладони большим пальцем*),**спросил у собачки, не знает ли она, где дом ежика?**

**Собачка** *(Упражнение «собака». Ладонь поставить на ребро, большой палец выпрямить и поднять вверх. Указательный палец согнуть, остальные пальцы сомкнуть и оставить выпрямленными*) **сказала, что знает, где его дом** *(Упражнение «дом». Пальцы обеих рук соединить под углом, касаясь друг друга кончиками, большие пальцы отвести в сторону и тоже соединить).*

**Собачка вместе с зайчиком проводили ежонка до дома***((Упражнение «кулак-ладонь». Левая рука сжата в кулак, правая ладонь лежит на столе, происходит одновременная смена положения рук).*

**Ежонок очень обрадовался и угостил зайчика и собачку вкусными оладушками***(Упражнение «оладушки». Одна рука лежит на столе ладонью вниз, другая ладонью вверх. Происходить смена положения рук.)*