

## ***Использование здоровьесозидающих (кинезиология) упражнений в работе с детьми дошкольного возраста в ДОУ***

**Кинезиология** – наука о развитии мозга через движение, о развитии умственных способностей, физического здоровья и эмоциональной сферы через определенные физические упражнения.

Развивающая игра **«Полушарные доски»**

**Цель:** развивает координацию рук, моторику, речь

Улучшает процесс чтения и письма, память, любознательность.



### ***Кинезиологические мешочки***

**Цель:** развитие мелкой и крупной моторики

выравнивание тонуса мышц кистей

развитие зрительно – двигательной координации

развитие внимательности и сосредоточенности

воспитывается острота мышечных ощущений

развивается двигательная сторона

способности управлять движениями и дифференцировать усилия

развитие пространственного восприятия

Занятия с кинезиомешочками подходят абсолютно для любого возраста, но особенно они полезны для детей младшего дошкольного возраста.

