



Нейробика для дошкольников

**Учитель-логопед Городкова М.Ю.
Учитель – логопед Крылова Е.Ю.**

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение
детский сад №107 Выборгского района
Санкт – Петербург**

- «Нет ничего на свете, из чего нельзя было бы сделать вывод. Надо только знать, как взяться за дело.»

Льюис Кэрролл
«Алиса в стране чудес»





НЕОБЫЧНОЕ В
ОБЫЧНОМ

Нейробика

- Система упражнений, которая способствует расширению диапазона ментальной активности.
- Термин был введен профессором нейробиологии Лоуренсом Катцем и Мэннингом Рубином из США.
- Изначально задачей гимнастики была стимуляция работы мозга и тренировка памяти у взрослых

- Методики нейробики используют пять чувств человека необычным образом и в разных комбинациях, **что создает новые нейронные связи в коре головного мозга.**

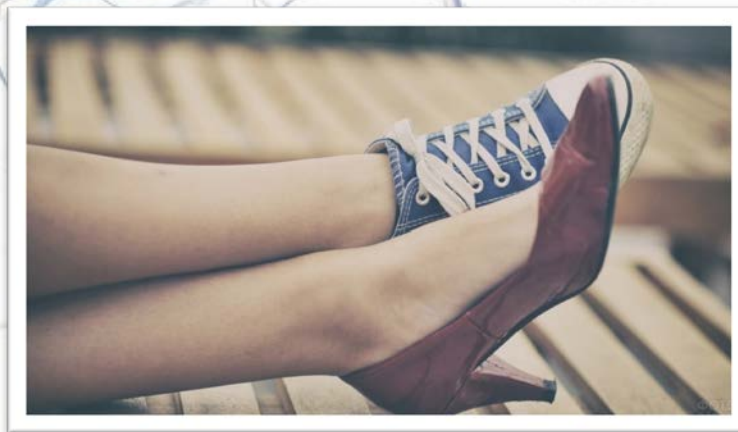
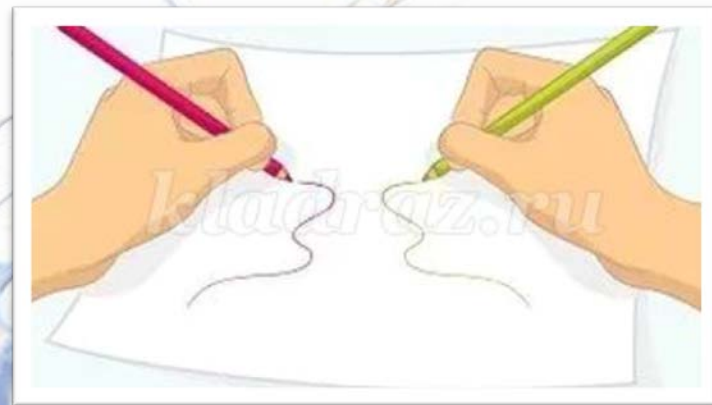


Специфика упражнений нейробики

- Минимум одно из 5ти чувств действует в новом контексте (круге обстоятельств).
- чувства комбинируются необычными способами
- Изменяется последовательность каждодневных обыденных действий



Нейробика – это просто!

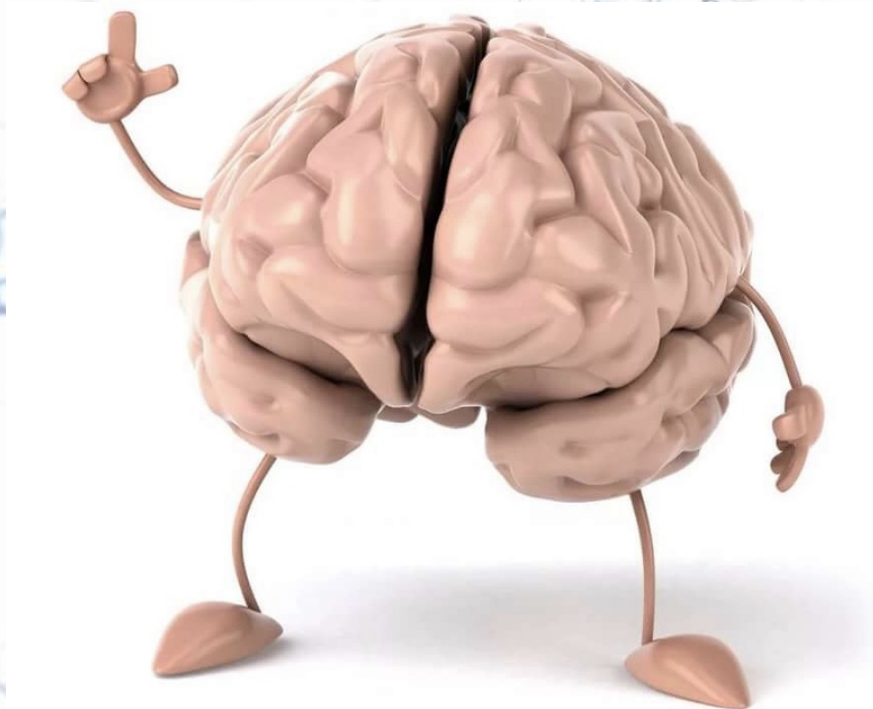


Что включает в себя нейробика

- Кинезиологические упражнения – комплекс движений, позволяющий активизировать межполушарное взаимодействие, при котором полушария обмениваются информацией, происходит синхронизация их работы.
- Сенсорно-интеграционные упражнения - развитие всех видов восприятия :зрительного, слухового, обонятельного, вкусового, тактильно-двигательного.

- Средства нейробики идеально подходят для развития ума ребенка, чтобы противоречие служило ему не поводом для огорчения, а толчком к самостоятельной работе над проблемой.





Упражнения
нейробики у детей
дошкольного
возраста
рекомендуется
использовать только
после усвоенных и
автоматизированных
навыков и умений.

Кинезиологические упражнения

- Колечки
- Цепочка
- Ухо/нос
- Капитан – молодец
- Зеркальное рисование
- Веселые мячики
- Задорная нейроскалка





Сенсорно-интеграционные упражнения

- Чудесный мешочек
- Узнай предмет по контуру
- Перевернутые предметы
- Что приготовил повар на обед?
- Фрукт или овощ?
- Я – ловкий (одеться с закрытыми глазами)
- Жмурки
- Что, за чем (назвать звуки и запомнить их последовательность)
- Вызов (артикуляционная гимнастика «по – новому»)



Примеры упражнений по нейробике

«Колечко»

- Цель: развивать межполушарное взаимодействие.
- Ход игры: дети 6 - 7 лет, собравшись в кружок и выбрав водящего, под его счет собирают колечки из пальцев. Внезапно водящий командует: "Без среднего!" - и игроки продолжают перебор, пропуская средний палец. Затем следует команда: "Без мизинца!" и т. д. Темп счета убыстряется, ошибавшийся выходит из игры.

«Ухо и нос»

- Цель: развивать межполушарное взаимодействие.
- Ход игры: эту игру можно провести, сидя за столом. Всем предлагается взяться левой рукой за кончик носа, а правой рукой – за мочку левого уха. По хлопку ведущего необходимо поменять положение рук, то есть левой рукой взяться за мочку правого уха, а правой рукой – за нос. Сначала промежутки между хлопками длинные, а потом ведущий увеличивает темп игры, и промежутки между хлопками становятся все меньше и меньше. Побеждает тот, кто дольше всех продержался и не запутался в руках, носах и ушах

«Капитан молодец»

- Цель: развивать межполушарное взаимодействие.
- Ход игры: эту игру можно провести стоя, сидя за столом. Всем предлагается левой рукой «отдать честь» - «капитан», правую руку вытянуть вперед и показать «молодец» («лайк»). Далее поменять руки. Темп переключаемости движений постепенно ускоряется. Побеждает тот, кто дольше все продержался без ошибок

«Паучок»

- Цель: развивать межполушарное взаимодействие.
- Ход игры: эту игру можно провести стоя, сидя за столом , на улице. Дети проговаривают стихотворение, сочетая слова с движениями пальцев рук.
- Лезет к нам на крышу смелый паучок (соединяют указательный палец правой руки с мизинцем левой руки)
- Маленькие ножки тысячи топ-топ (перебирают пальцы на обеих руках)
- Ярко светит солнышко или дождик льет (делают солнышко руками над головой)
- Лезет к нам на крышу отважный паучок (соединяют указательный палец правой руки с мизинцем левой руки)

«Чудесный мешочек»

- Цель игры: стимуляция тактильной чувствительности, тренировка дифференциации собственных ощущений.
- Ход игры:
- В непрозрачный мешочек кладут предметы разной формы, величины, фактуры (игрушки, геометрические фигуры и тела, пластмассовые буквы и цифры и др.). Ребенку предлагают на ощупь, не заглядывая в мешочек, найти нужный предмет.
- «Определи на ощупь» - в мешочке находятся парные предметы, различающиеся одним признаком (пуговицы большая и маленькая, линейки широкая и узкая и т. д.). Нужно на ощупь узнать предмет и назвать его признаки: длинный — короткий, толстый — тонкий, большой — маленький, узкий — широкий и т. д.

«Отгадай цифру» (букву)

- Цель игры: стимуляция тактильной чувствительности .
- Ход игры: на ладонке ребенка обратной стороной карандаша (или пальцем) пишут цифру (букву), которую он определяет с закрытыми глазами.

«Что это?»

- Цель игры: стимуляция тактильной чувствительности.
- Ход игры: ребенок закрывает глаза. Ему предлагают пятью пальцами дотронуться до предмета, но не двигать ими. По фактуре нужно определить материал (можно использовать вату, мех, ткань, бумагу, кожу, дерево, пластмассу, металл).

«Коврик»

- Цель игры: учить располагать предметы на плоскости, закреплять знание геометрических фигур, цифр, название основных цветов, и дополнительных.
- Оборудование: коврик, разделенный на 9 квадратов с липкой лентой в каждом, фишки по вашему усмотрению, которые располагаются над квадратиками (бабочки разного цвета, цветы трех цветов по три штуки, геометрические фигуры, цифры).
- Ход игры (*варианты игры*): 1) на верхней полоске расположи синие цветы, а на нижней- зеленые; 2) продолжить ряд сверху вниз, снизу вверх, справа налево и наоборот

«Фрукт или овощ?»

- Цель игры: развивать умения познавать признак запаха и классифицировать объекты.
- Оборудование: разложенные по пластиковым одноразовым стаканчикам кусочки фруктов и овощей (банан, огурец, яблоко, апельсин, лимон, лук и т.д.).
- Ход игры: предложить детям определить по запаху с закрытыми глазами лежащие в стаканах продукты и разделить их на фрукты и овощи.

«Что приготовил повар на обед?»

- Это игровое упражнение лучше проводить во время обеда.
- Цель игры: развитие обоняния, вкуса.
- Ход игры: предложить детям по запаху определить меню сегодняшнего обеда. Например: щи, гороховый или рыбный суп и т.д. Подтвердить запах вкусовыми качествами блюда.

«Ленивые восьмерки для глаз».

- Цель игры: стимуляция зрительной активности.
- Ход игры: выставьте руку вперед, поднимите большой палец на уровне переносицы в переднем зрительном поле, примерно на расстоянии локтя и начните движение по форме «Восьмерки». Движения должны быть медленными и осознанными для достижения максимальной мышечной концентрации. Держите голову прямо и расслабленно. Следите при этом за движением большого пальца только глазами. Большой палец начинает движение от центра зрительного поля и идет вверх по краю поля видения, далее следует против часовой стрелки вниз и возвращается в центр. Затем аналогично по часовой стрелке -вправо и вверх, и обратно в центр. Движение необходимо повторить как минимум по три раза каждой рукой, плавными и непрерывными движениями.

«Задорная нейроскакалка»

- Цель: развитие межполушарного взаимодействия.
- Ход игры: ребенку предлагается совершать прыжки при помощи нейроскакалки, вращая ее по часовой стрелке, затем в обратном направлении

Польза нейробики

- Улучшает способность к обучению
- Повышает качество исполнения любой деятельности
- Увеличивает работоспособность
- Улучшает качество мышления, памяти, речи, внимания
- Развивает детско-родительские отношения (при совместном выполнении нейробических упражнений)

