

Муниципальное дошкольное образовательное
бюджетное учреждение детский сад № 2
г. Новокубанска муниципального образования Новокубанский район

Першина О.В.
Методическое пособие
«Волшебная нейробика»



Новокубанск, 2023 г.

ОГЛАВЛЕНИЕ

I. Аннотация	3 стр.
II. Содержательная часть.....	4 стр.
III. Содержание и применение пособия «Волшебная нейробика» с детьми дошкольного возраста.....	6 стр.
IV. Литература – интернет ресурс.....	11 стр.

I. Анотация

В настоящее время одной из главных задач для педагога это сохранение здоровья ребенка, стремление вырастить здорового человека. Поэтому формирование здоровьесберегающей культуры должно начинаться как можно раньше.

Состоянием здоровья можно назвать полноценное психическое, физическое и социальное благополучие ребенка.

На практике мы видим, что у большинства детей появляются образовательные трудности, второе место – нарушение интеллекта, третье – нарушение речи. Развитие и формирование ребенка происходит от движения к мышлению. Все чаще встречаются дети моторно неловкие, то есть наблюдается вялость мышц, нет желания и сил выполнять физические упражнения, они трудно переключаются с одного движения на другое. Трудности у детей возникают не от лени, а из-за особенностей развития головного мозга.

Взаимосвязь умственного и физического развития доказано в научных трудах Л.С. Выгодского, М.М. Кольцовой и других отечественных и зарубежных авторов, которые свидетельствуют о первостепенной роли движения в становлении психических функций ребенка. Также существует тесная связь между показателями физической подготовленности и уровнем развития познавательных процессов у дошкольников.

Таким образом, можно прийти к выводу, что как телу нужна постоянная физическая нагрузка, так и мозг требует регулярных тренировок, чтобы мышление оставалось гибким и пластичным.

Впервые об этом задумался американский нейробиолог Лоуренс Катц. Он изобрел систему упражнений – нейробику.

Нейробика, или гимнастика для мозга, - система упражнений для развития нейропластичности, то есть способности нейронов и нейронных сетей в мозге изменять связи и поведение в ответ на новую информацию, сенсорное стимулирование и другой опыт. Она активно задействует все органы восприятия, причем необычным образом и в разных комбинациях. Ее цель – развитие способности мозга устанавливать взаимосвязь между информацией,

поступающей от различных анализаторов, что позволяет создать новые нейронные связи.

Упражнения нейробики помогают осуществлению этих процессов на естественном уровне, не перегружая ребенка. При этом организм начинает вырабатывать нейротропин – вещество, способствующее росту новых нервных клеток и связей между ними. Занятия нейробикой побуждают ребенка быть открытым к познанию нового и более активным в этом стремлении.

II. Содержательная часть

В настоящее время особо важным является вырастить не только здорового и крепкого человека, но и обязательно инициативного, думающего ребенка, способного логически мыслить, умеющего находить подход к любому делу, за которое он бы ни взялся.

Образовательные программы в дошкольных образовательных учреждениях направлены на нормативных детей, которые составляют, около 10% от всей группы и воспитатели сталкиваются с не понимаем, что делать с остальными детьми с особенностями психосоциального развития. Вот здесь и должны подключаться нейропсихологические методы (нейробика), которые способствуют гармоничному развитию ребенка.

Главный принцип нейробики – постоянно изменять простые шаблонные действия, то есть давать мозгу возможность решать привычные задачи непривычным способом.

Основные правила выполнения нейробики:

1. Игры и упражнения должны быть интересными и неустойчивыми; не дольше 7 минут. Это позволит сохранить активность и заинтересованность.
2. Оптимальный период для начала работы – с 4 лет. В этом возрасте у ребенка активно формируется межполушарное взаимодействие.
3. Необходимо отслеживать прогресс и по мере необходимости усложнять упражнения, увеличивать темп. Но при этом необходимо сохранять качество выполнения, не перегружая ребенка.

4. Для достижения эффекта нужно комбинировать различные виды упражнений в одном занятии. Однако не стоит вводить за один раз очень много заданий, чтобы не утомить детей.

Регулярное включение упражнений нейробики в занятия, в различные формы работы, в перерывах между занятиями, в комплексы утренней оздоровительной гимнастики способствуют улучшению памяти, концентрации внимания и усвоению новых знаний. Они пробуждают воображение, абстрактное мышление, снижают эмоциональную нагрузку. Приступать к занятиям следует постепенно, но выполнять желательно каждый день, не пропуская, без принуждения.

Упражнения и игры можно проводить не только в детском саду, но и в любом другом месте, в том числе и совместно с родителями дома или на прогулке. Это позволит не только открыть интересные стороны привычных вещей, но и поднять настроение, как детям, так и взрослым.

При регулярном выполнении нейробических упражнений образуется большое количество нервных волокон, связывающих полушария головного мозга. Происходят положительные структурные изменения.

Дети, которые регулярно выполняют нейробические упражнения, становятся более ловкими и выносливыми, лучше владеют руками и органами плечевого пояса, умеют делать асимметричные упражнения.

Также одним из положительных моментов можно назвать повышение стрессоустойчивости и коммуникабельности.

Цель использования нейроботических упражнений и игр: развитие умственных способностей и физического здоровья ребенка, через определённую систему двигательных упражнений.

Задачи:

- Развивать межполушарное взаимодействие мозга;
- Синхронизировать работу полушарий мозга;
- Развивать мелкую моторику;
- Развивать компоненты речи;
- Развивать все психические процессы.

Регулярное использование нейро игр с детьми дошкольного возраста оказывает положительное влияние на коррекционный процесс обучения, развитие интеллекта и улучшает состояние физического, психического, эмоционального здоровья и социальной адаптации детей, снижает утомляемость, повышает способность к произвольному контролю, что в свою очередь, способствует коррекции недостатков развития дошкольников с ТНР.

Уникальность данного пособия состоит в том, что оно оказывает помощь педагогу в обучении детей от 3 до 7 лет по многим темам образовательной программы, а также позволяют учитывать индивидуальные особенности развития ребенка.

III. Содержание и применение пособия «Волшебная нейробика» в работе с детьми дошкольного возраста.

Данное пособие состоит из двух альбомов. Первый – демонстрационный, где педагог выкладывает задание, второй – практический, в нем ребенок выполняет заданные упражнения.

На двух таблицах (правая и левая рука) размещено 17 одинаковых картинок с изображением: геометрических фигур, цифр, разноцветных кружков, точек, зеркально-симметричных рисунков, овощей, новогодних игрушек, насекомых, обозначений природных явлений, разноцветных листьев разных деревьев, игрушек, букв, слогов.

Варианты игровых упражнений

1. **«Выложи по образцу»**, действуя двумя руками одновременно выкладывать геометрические фигуры, кружки разного цвета и т.д. по образцу.



2. **«Зеркальное рисование»** в обе руки берется по карандашу или фломастеру. Начинать рисовать одновременно обеими руками зеркально-симметричные рисунки. Такое задание можно давать по точкам. При выполнении этого упражнения расслабляются глаза и руки. Когда деятельность обоих полушарий синхронизируется, заметно увеличится эффективность работы всего мозга. Рисование одновременно двумя руками позволяет улучшить у ребенка память, внимание, пространственные представления, мелкую моторику, снижает утомляемость, повышает способность к произвольному контролю. Во время выполнения этих упражнений эффективно развивается межполушарное взаимодействие, которое является основой развития интеллекта. Кроме того, происходит тренировка периферического поля зрения, необходимого для быстрого чтения.



3. **«Найди и обведи»** одновременно двумя руками ребенок должен зачеркнуть заданным способом картинку и четко назвать ее. Например: солнце (подчеркнуть), солнышко (обвести в кружок). Данное упражнение синхронизирует работу полушарий, развивает восприятие, улучшает запоминания информации, развивается мелкая моторика



4. **«Кулак, ребро, ладонь»:** необходимо выполнять действия руками согласно образцу, где круг – кулак, прямоугольник – ребро, квадрат – ладонь. Можно усложнить задание. Например: поставить кулаки на круг и назвать овощи; Ребро на прямоугольник, назвать фрукты; Ладонь на квадрат, назвать ягоды. Данное упражнение развивает межполушарное взаимодействие через согласование разнотипных движений рук. Развитие слухоречевого внимания.



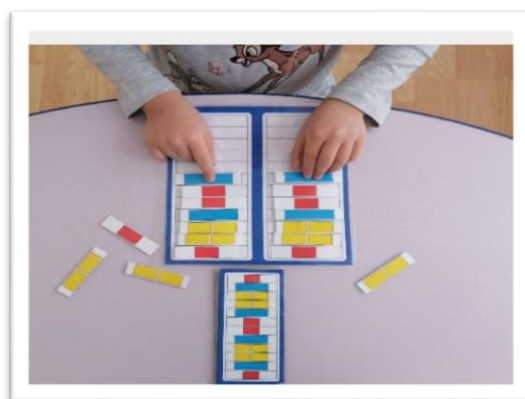
5. **Нейропсихологическая игра "Муха".** В центре поля сидит муха, которая пытается выбраться из клетки. На каждый ход она может пролететь только одну клеточку. Вы говорите ребенку, куда муха полетела, а ребенок внимательно следит за ее передвижением. Как только она вылетает за границы клетки, ребенок сразу же начинает хлопать в ладоши, чтобы ее поймать. Игра поможет ребенку научиться ориентироваться в пространстве листа, закрепить понятия "лево – право", "вверх – вниз", развить внимание и память.



6. **Игра «Веселый счет»** Педагог говорит ребенку, какую цифру ему нужно найти на обоих полях одновременно правой и левой рукой. Данное упражнение развивает пространственное восприятие и помогает ребенку повторить не только цифры, но и порядковый и обратный счет.



7. **«Разноцветные коврики»** ребенку предлагается образец узора коврика, который он должен выложить на своем полотне обеими руками одновременно. Данное задание развивает у ребенка зрительное восприятие, форму, цвет, ориентировку в пространстве.



8. **«Нейротаблица на внимание».** В данных играх необходимо одновременно двумя руками находить одинаковые объекты слева и справа. Объекты могут быть абсолютно разные: фигуры, буквы, цифры и т.д. Можно играть на скорость.



Систематическое использование нейропсихологических упражнений и игр оказывает положительное влияние на коррекцию обучения, развития интеллекта и улучшает состояние физического здоровья, снижает утомляемость, повышает способность к произвольному контролю, а в свою очередь и способствует коррекции недостатков речевого развития дошкольников с нарушениями речи.

Литература

1. Колганова В.С.; Пивоварова Е.В. «Нейропсихологические занятия с детьми» Айрис-пресс; Airispress.
2. Логвина Е. «Логопедические уроки. Нейроигры» Литур, 2024г.
3. Логвина. Е. «Нейротренажер. Игры и упражнения», Литур, 2022г.
4. Онишкова А. М. «100 нейроигр и упражнений», Феникс, 2024 г.
5. Абрамова И.С. «Нейротренажёр: техника чтения. Развитие памяти, внимания и беглого чтения для детей 6-10 лет», 2023 г.
6. Интернет – сайты: <https://nsportal.ru/>, <https://www.maam.ru/detskijasad/neirobika-kak-zdorovesberegayuschaja-tehnologija-v-razviti-rechi-detei-doshkolnogo-vozrasta.html>
7. Интернет ресурсы <https://ds24-krasnoyarsk-r04.gosweb.gosuslugi.ru/>
8. <https://multiurok.ru/files/neirobika-innovatsionnaya-tehnologiya-primeniama.html>
9. <https://доу-рябинушка.рф/?p=19526>
10. <https://www.art-talant.org/publikacii/95605-neyrobika--kak-innovacionnaya-tehnologiya-razvitiya-meghpolutsharnyh-svyazey-u-detey-doshkolnogo-i-mladshego-shkolnogo-vozrasta>

**на методическую разработку «Волшебная нейробика»
воспитателя МДОБУ № 2 «Светлячок» г. Новокубанска
муниципального образования Новокубанский район
Першиной Ольги Владимировны**

Актуальность и педагогическая целесообразность данной разработки заключается в том, что предложенные нейроигры по применению нейропсихологических игр в работе с детьми с нарушением речи имеют свою многофункциональность. Их можно использовать для развития слухоречевого внимания, фонематического восприятия, нейродинамических процессов головного мозга, отвечающие за речь ребёнка. Большое значение в этом процессе имеют игры на формирование межполушарных взаимодействий. В зависимости от поставленных задач, пособие может быть использовано в разных возрастных группах.

Ольга Владимировна предлагает интересный и яркий развивающий игровой материал для развития межполушарного взаимодействия, который можно использовать с детьми на прогулке, в индивидуальной и в свободной самостоятельной деятельности. Все упражнения подобраны для эффективной тренировки мелкой моторики пальцев рук, развития внимания, памяти, мышления детей.

Рецензируемая методическая разработка «Волшебная нейробика» – это универсальное средство для развития детей дошкольного возраста и актуальна для дошкольного образования, интересна по содержанию.

Данное методическое пособие может быть адресовано педагогам дошкольных образовательных организаций, родителям в индивидуальной работе с детьми, а также будет полезна будущим бакалаврам дошкольного образования.

24.01.2023 г.

Кандидат педагогических наук,
доцент кафедры социальной, специальной
педагогики и психологии ФГБОУ ВО «АГПУ»

Л.А.Ястребова

