

Комитет по образованию г. Улан-Удэ
муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
Детский сад № 59 «Золотой ключик»

РАССМОТРЕНО
на педагогическом совете
Протокол № 1
07 09 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующая МАДОУ №59
Е.А. Терещенко
« 07 » 09 2023 г.



ПРОГРАММА
кружковой работы
«Полушарики»
2023-2024 год

Руководитель кружка:
Пастухова Я.А.

г. Улан-Удэ
2023.год

Введение

Федеральный государственный образовательный стандарт, социальный прогресс, высокие темпы развития науки и техники, требуют нового подхода к системе образования. Дошкольное учреждение призвано создать условия для интеллектуального, физического, творческого и эмоционального развития ребенка.

Особенно актуально для педагогов дошкольного образования сегодня стоят задачи по социализации ребенка, формированию его любознательности и мотивации в достижении успеха, всестороннего развития его психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями.

К моменту поступления в школу дети должны иметь определенные умения и навыки, быть психологически подготовленными к быстрому и качественному восприятию новой информации, усвоению новых знаний, уметь выстраивать взаимоотношения со сверстниками и взрослыми, и при этом быть стрессоустойчивыми в любых жизненных ситуациях.

Проблема

Современные исследования показывают, что с каждым годом увеличивается количество детей с различными нарушениями развития. В последнее время наряду с речевыми нарушениями, есть проблемы с координацией, общей и мелкой моторикой, памятью, вниманием, восприятием. Дети невнимательны, не организованы, не способны сосредоточиться и верно выполнить предложенное задание.

В настоящее время неуклонно растет количество первоклассников не готовых к школе и испытывающих трудности в обучении. Кому-то трудно бывает сосредоточиться на занятии, упорядочить и запомнить информацию, тяжело быстро переключаться с одного задания на другое, а также это и дети с дефицитом внимания, гиперактивностью, повышенной импульсивностью, с различными задержками и дефицитами психического развития. Все это приводит к когнитивной и эмоционально-личностной неготовности ребенка к адекватной адаптации к социуму и обучению в школе.

Чтобы количество школьников, испытывающих трудности в обучении, сократилось, необходимо решать все проблемы еще в дошкольном возрасте.

Гипотеза

Если в группе дошкольников создать развивающую предметно-пространственную среду с использованием нейропсихологических технологий в системе, то получим всесторонне-развитого дошкольника готового к успешному обучению в школе.

Пояснительная записка

В отечественном образовании наряду с сохранением лучших российских традиций идет поиск новых форм и методов работы. Это в полной мере относится и к системе дошкольного воспитания. Сегодня все чаще в работе с детьми используется нейропсихологический подход, теоретическая основа которого была разработана А. Р. Лурия и его сотрудниками (Л. С. Цветковой, Е. Н. Винарской, Е. Д. Хомской, Т. В. Ахутиной).

Нейропсихология – это междисциплинарное научное направление, лежащее на стыке психологии и нейронауки, нацелена на понимание связи структуры и функционирования головного мозга с психическими процессами и поведением живых существ.

Нейропсихологические игры - это комплекс упражнений и приемов, направленных на активацию естественных механизмов работы мозга через выполнение физических движений. Они ориентированы на оптимизацию речи в ее взаимодействии с другими психическими функциями и пространственными представлениями.

Нейропсихологические игры развивают и корректируют механизмы мозговой деятельности ребенка. При этом воздействие нейропсихологических упражнений и игр имеет как немедленный, так и накапливающий эффект, способствующий повышению умственной работоспособности, оптимизации интеллектуальных процессов, активизации его энергетического потенциала.

Каким детям необходима нейрогимнастика:

- если ребёнок гиперактивный, «не слышит» взрослых, на замечания не реагирует или, наоборот, чересчур медлительный и пассивный;
- заметна эмоциональная нестабильность, резкие перепады настроения;
- есть синдром дефицита внимания;
- постоянно путает «лево» и «право», сезоны, жалуется на память;
- плохо ориентируется в пространстве, не может скоординировать движения;
- быстро переключается с одного действия на другое;
- присутствуют навязчивые движения (почёсывания, рисует/пишет с высунутым языком, грызёт ногти и т. д.);
- быстро утомляется, не может сосредоточиться на задании, тяжело осваивает чтение, грамоту и счёт;
- есть проблемы с речью разной сложности;
- наблюдается слабая познавательная деятельность;
- плохо развита мелкая и общая моторика и т. д.

На что направлены нейропсихологические упражнения:

- развитие концентрации и внимания, координации, умения чувствовать своё тело;
- развитие памяти, мелкой и общей моторики, умения ориентироваться в пространстве;
- работа над гармоничным взаимодействием полушарий;
- активизация речи;
- работа над эмоциональной устойчивостью, повышением внимания и т. д.

С использованием в работе нейропсихологических игр и упражнений, решаются следующие задачи:

1. Ребенок учится чувствовать в пространстве свое тело.
2. Развивается зрительно-моторная координация (глаз-рука, способность точно направлять движение)
3. Формируется правильное взаимодействие ног и рук.
4. Развивается слуховое и зрительное внимание.

5. Ребенок учится последовательно выполнять действия.

Преимущества использования нейроигр и упражнений:

- игровая форма обучения;
- эмоциональная привлекательность;
- многофункциональность;
- автоматизация звуков в сочетании с двигательной активностью, а не статичное выполнение заданий только за столом;
- формирование стойкой мотивации и произвольных познавательных интересов;
- формирование партнерского взаимодействия между ребенком и педагогом;
- активизация работы с родителями, повышение компетентности родителей в коррекционно-развивающем процессе.

Цель нейропсихологических игр: активизация различных отделов коры головного мозга, ее больших полушарий, что позволяет развивать высшие психические функции, контроль и регуляцию поведения, межполушарное взаимодействие.

С помощью нейропсихологических игр и упражнений решаются следующие **задачи**:

1. Ребенок учится чувствовать своё тело и пространство вокруг.
2. Развивается зрительно-моторная координация (глаз-рука, способность точно направлять движение).
3. Формируется правильное взаимодействие рук и ног.
4. Развивается слуховое и зрительное внимание.
5. Ребенок учится последовательно выполнять действия, разбивая его на ряд задач, и др

Существует огромное количество нейропсихологических игр и упражнений, которые можно разделить на категории:

1. Растяжки – они нормализуют тонус мышц. Гипертонус (неконтролируемое чрезмерное мышечное напряжение, гипотонус (неконтролируемая мышечная вялость) мышц.
2. Дыхательные упражнения - улучшают ритмику организма (активность мозга, ритм сердца, пульсация сосудов, развивают самоконтроль и произвольность. Умение произвольно контролировать дыхание развивает самоконтроль над поведением.
3. Глазодвигательные упражнения - они позволяют расширить поле зрения, улучшить восприятие. Одновременные и разнонаправленные движения глаз и языка развивают межполушарное взаимодействие и повышают энергетизацию всего организма. Движение глаз активизируют процесс обучения и являются одним из необходимых условий осуществления чтения.
4. Игры на межполушарное взаимодействие. При их выполнении развивается межполушарные связи, снимаются синкинезии (непроизвольные, непреднамеренные движения) и мышечные зажимы.
5. Кинезиологические игры - тренировка тонких движений пальцев рук стимулирует общее развитие речи, улучшает пальцевой и кистевой праксис, активизирует энергетический блок мозга.
6. Массаж.

7. Ритмы.

Условия реализации программы

Продолжить знакомство детей старшей группы №12 «Багульник» с нейроиграми, создавать и применять комплекс нейроигр по всем образовательным направлениям. Со второй половины учебного года планируем усложнение заданий, создание пособий детьми и родителями и наполнение развивающей предметно-пространственной среды группы.

Нейроигры – это различные телесно-ориентированные упражнения, которые позволяют через тело воздействовать на мозговые структуры.

Занятия проводятся с группой\подгруппой детей (10-12 человек) или индивидуально 1 раз в неделю во второй половине дня.

Необходимо создать условия для совместной с педагогом и самостоятельной деятельности детей.

Практическая направленность проекта

Проект направлен на устранение затруднений дошкольника при переходе к школьному обучению, развитие необходимых для успешного усвоения программы психических качеств.

Ожидаемые результаты

Для детей:

- синхронизируется работа полушарий;
- повышается стрессоустойчивость, произвольность и устойчивость внимания, снижается утомляемость;
- развивается мелкая и крупная моторика, ускоряется формирование пространственных представлений;
- совершенствуется мыслительная деятельность, память, речь.

Для родителей:

- повысится уровень педагогической компетентности родителей в области применений нейропсихологических технологий.

Существует несколько видов упражнений, направленных на решение разных задач по развитию психомоторных координаций. Основные из них следующие:

Дыхательные упражнения. Помогают восстановить нормальное дыхание, как в состоянии покоя, так и в комплексе с разнообразными движениями. Это способствует правильному снабжению кислородом органов и тканей, выравниванию мышечного тонуса, снижению уровня возбудимости.

Глазодвигательные упражнения. Позволяют расширить зрительное восприятие, способствуют снижению синкинезий (рефлекторных движений, сопутствующих движению другой части тела или конечности).

Двигательные упражнения и растяжки. Стабилизируют тонус, способствуют нормализации двигательной координации, помогают регулировать вегетативные нарушения, осваивать пространство своего тела и окружающего пространства.

Упражнения на развитие познавательных навыков. Совершенствуют познавательную активность ребенка (внимание, память, логику, концентрацию).

Артикуляционные упражнения. Способствуют решению проблем с произношением.

Нейропсихологическая коррекция – один из эффективных методов помощи детям, помогающий преодолеть:

- Снижение общей работоспособности, повышенную утомляемость, рассеянность;
- Нарушение мыслительной деятельности;
- Недостатки в речевом развитии;
- Снижение функции внимания и памяти;
- Несформированность пространственных представлений;
- Недостаточность саморегуляции и контроля в процессе учебной деятельности и т.д.

Перспективное планирование

Месяц	Содержание работы с детьми	Работа с родителями и педагогами
Октябрь	<ul style="list-style-type: none"> - Дыхательное упражнение: «Вдох-выдох». - Глазодвигательное упражнение с ручкой лежа. - Растяжки: «Фараон», «Ванька-встанька». - Упражнения двигательного репертуара: «Качалочка», «Лодочка», «Короткое бревнышко». - Дидактическая игра «Нейрокарточки». 	<p>Консультация для педагогов и родителей «Что такое нейрогимнастика и чем она полезна?»</p> <p>Пополнение речевого центра группы картотекой нейроигр и упражнений.</p>
Ноябрь	<ul style="list-style-type: none"> - Дыхательное упражнение: «На вдохе подъем руки», «На вдохе подъем ноги». - Глазодвигательное упражнение «Язык двигается противоположно глазам» лежа. - Растяжки: «Скручивания», «Здравствуй, пол!», «Струночка». - Упражнения двигательного репертуара: «Ползание на спине», «Ползание на животе». - Дидактическая игра «Говорящие ручки». 	<p>Консультация для педагогов и родителей «Что такое гимнастика для мозга?»</p>

Декабрь	<ul style="list-style-type: none"> - Дыхательное упражнение: «На вдохе подъем руки и ноги». - Глазодвигательное упражнение «Язык двигается противоположно глазам» лежа. - Растяжки: «Звезда», «Дотянись», «Кобра». - Упражнения двигательного репертуара: «Ползание по-пластунски», «Локти-колени». - Дидактическая игра «Жесты». 	<p>Вебинар для педагогов «Кинезиологические упражнения в работе с детьми дошкольного возраста» (https://solncesvet.ru/webinars/kineziologicheskie-uprajneniya-v-rabote-s-detyami/)</p>
Январь	<ul style="list-style-type: none"> - Дыхательное упражнение: «Дыхание с задержкой: 1,2,3,4». - Глазодвигательное упражнение «Язык двигается противоположно глазам», с ручкой лежа. - Растяжки: «Лягушки», «Мышкин мостик-1,2». - Упражнения двигательного репертуара: «Обычные четвереньки», «Глаз за рукой». - Дидактическая игра «Змейки». 	<p>Буклеты для родителей «Делай дома гимнастику для мозга!» (комплексы нейрогимнастики и кинезиоупражнений)</p>
Февраль	<ul style="list-style-type: none"> - Дыхательное упражнение: «Дыхание с задержкой: 1,2,3,4,5». - Глазодвигательное упражнение «Язык двигается противоположно глазам» (2 уровень), с ручкой сидя. - Растяжки: «Мышкин мостик-3,4», «Руки лодочкой». - Упражнения двигательного репертуара: «Обычные четвереньки», «Глаз за рукой». - Дидактическая игра «Нейротаблички» 	<p>YouTube канал для педагогов: «Нейрогимнастика как технология оптимизации учебной деятельности в образовательном процессе»(https://www.youtube.com/watch?v=fGSc5THyaTg)</p>
Март	<ul style="list-style-type: none"> - Дыхательное упражнение: «Дыхание с задержкой: 1,2,3,4,5,6», «дыхание через одну ноздрю». - Глазодвигательное упражнение «Язык двигается противоположно глазам» (3 уровень), с ручкой сидя. - Растяжки: «Флажки», «Локоток-1» - Упражнения двигательного репертуара: «Перекрестные четвереньки», «Глаз за рукой». - Дидактическая игра «Мнемокарточки с нейроритмами» 	<p>Семинар для педагогов и родителей старших и подготовительных групп «Как нейрогимнастика помогает подготовить ребенка к школе» (в записи, ссылка на облако)</p>

<i>Апрель</i>	<p>- Дыхательное упражнение: «Сигнальщик», «Руки вперед, в стороны, вниз».</p> <p>- Глазодвигательное упражнение «Язык двигается противоположно глазам» (3 уровень), с ручкой сидя, «восьмерки».</p> <p>- Растяжки: «Локоток-2», «Покрутись», «Кошка-собака».</p> <p>- Упражнения двигательного репертуара: «Перекрестные четвереньки», «Разноименные рука и нога».</p> <p>- Дидактическая игра «Нейроальбом-«Зарядка для мозга».</p>	<p>Мастер – класс для педагогов «Нейрогимнастика для детей дошкольного возраста».</p>
---------------	---	---

Кинезиологические упражнения

1. Растяжки

«Снеговик»

Представьте, что каждый из вас только что слепленный снеговик. Тело твердое, как замерзший снег. Пришла весна, пригрело солнце, и снеговик начал таять. Сначала «тает» и повисает голова, затем опускаются плечи, расслабляются руки и т. д. В конце упражнения ребенок мягко падает на пол и изображает лужицу воды. Необходимо расслабиться. Пригрело солнышко, вода в лужице стала испаряться и превратилась в легкое облачко. Дует ветер и гонит облачко по небу.

«Дерево»

Исходное положение – сидя на корточках. Спрятать голову в колени, обхватить их руками. Представьте, что вы - семечко, которое постепенно прорастает и превращается в дерево. Медленно поднимитесь на ноги, затем распрямите туловище, вытяните руки вверх. Затем напрягите тело и вытянитесь. Подул ветер – вы раскачиваетесь, как дерево.

«Тряпичная кукла и солдат»

Исходное положение – стоя. Полностью выпрямитесь и вытянитесь в струнку как солдат. Застыньте в этой позе, как будто вы одеревенели, и не двигайтесь. Теперь наклонитесь вперед и расставьте руки, чтобы они болтались как тряпки. Станьте такими же мягкими и подвижными, как тряпичная кукла. Слегка согните колени и почувствуйте, как ваши кости становятся мягкими, а суставы очень подвижными. Теперь снова покажите солдата, вытянутого в струнку и абсолютно прямого и негнущегося, как будто вырезанного из дерева. Дети попеременно бывают то солдатом, то куклой, до тех пор, пока вы не почувствуете, что они уже вполне расслабились.

«Сорви яблоки»

Исходное положение – стоя. Представьте себе, что перед каждым из вас растет яблоня с чудесными большими яблоками. Яблоки висят прямо над головой, но без труда достать их не удастся. Посмотрите на яблоню, видите, вверху справа висит

большое яблоко. Потянитесь правой рукой как можно выше, поднимитесь на цыпочки и сделайте резкий вдох. Теперь срывайте яблоко. Нагнитесь и положите яблоко в небольшую корзину, стоящую на земле. Теперь медленно выдохните. Выпрямитесь и посмотрите налево вверх. Там висят два чудесных яблока. Сначала дотянитесь туда правой рукой, поднимитесь на цыпочки, вдохните и сорвите одно яблоко. Затем подними как можно выше левую руку и сорвите другое яблоко, которое там висит. Теперь наклонитесь вперед, положите оба яблока в стоящую перед тобой корзину и выдохните. Теперь вы знаете, что вас нужно делать. Используйте обе руки попеременно, чтобы собирать висящие слева и справа от вас прекрасные большие яблоки и складывайте их в корзину.

2. Дыхательные упражнения

«Свеча»

Исходное положение – сидя за партой. Представьте, что перед вами стоит большая свеча. Сделайте глубокий вдох и постарайтесь одним выдохом задуть свечу. А теперь представьте перед собой 5 маленьких свечек. Сделайте глубокий вдох и задуйте эти свечи маленькими порциями выдоха.

«Дышим носом»

Исходное положение – лежа на спине или стоя. Дыхание только через левую, а потом только через правую ноздрю (при этом правую ноздрю закрывают большим пальцем правой руки, остальные пальцы смотрят вверх, левую ноздрю закрывают мизинцем правой руки). Дыхание медленное, глубокое.

«Нырятьщик»

Исходное положение – стоя. Сделайте глубокий вдох, задержать дыхание, при этом закрыть нос пальцами. Присесть, как бы нырнуть в воду. Досчитать до 5 и вынырнуть – открыть нос и сделать выдох.

3. Телесные упражнения

«Перекрестное марширование»

Нужно шагать, высоко поднимая колени попеременно касаясь правой и левой рукой по противоположной ноге. Сделайте 6 пар движений. Затем шагать касаясь рукой одноименного колена. Сделайте 6 пар движений. Закончить касаниями по противоположной ноге.

«Мельница»

Рука и противоположная нога вращаются круговыми движениями сначала вперед, затем назад, одновременно с вращением глаз вправо, влево, вверх, вниз. Время выполнения 1-2 минуты. Дыхание произвольное.

«Паровозик»

Правую руку положить под левую ключицу, одновременно делая 10 кругов согнутой в локтевом суставе левой рукой и плечом вперед, затем столько же назад. Поменять положение рук и повторить упражнение.

«Робот»

Встать лицом к стене, ноги на ширине плеч, ладони лежат на стене на уровне глаз. Передвигаться вдоль стены вправо, а затем влево приставными шагами, руки и ноги должны двигаться параллельно, а затем передвигаться, используя противоположные руки и ноги.

«Маршировка»

Выполнять лучше под ритмичную музыку. Шагать на месте. При этом шаг левой ногой сопровождается взмахом левой руки. Шаг правой ногой сопровождается взмахом правой руки.

4. Упражнения на релаксацию

«Дирижер»

Встаньте, потянитесь и приготовьтесь слушать музыку, которую я сейчас включу. Сейчас мы будем не просто слушать музыку – каждый из вас представит себя дирижером, который руководит большим оркестром (включается музыка) Представьте себе энергию, которая течет сквозь тело дирижера, когда он слышит все инструменты и ведет их к чудесной общей гармонии. Если хотите можете слушать с закрытыми глазами. Обратите внимание на то, как вы сами при этом наполняетесь жизненной силой. Вслушивайтесь в музыку и начинайте в такт ей двигать руками, как будто вы управляете оркестром. Двигайте теперь еще и локтями и всей рукой целиком... Пусть в то время как вы дирижируете, музыка течет через все твое тело. Дирижируйте всем своим телом и реагируй на слышимые вами звуки каждый раз по – новому. Вы можете гордиться тем, что у вас такой хороший оркестр! Сейчас музыка кончится. Откройте глаза и устройте себе самому и своему оркестру бурные аплодисменты за столь превосходный концерт.

«Путешествие на облаке»

Сядьте удобнее и закройте глаза. Два – три раза глубоко вдохните и выдохните... Я хочу пригласить вас в путешествие на облаке. Прыгните на белое пушистое облако, похожее на мягкую гору из пухлых подушек. Почувствуй, как ваши ноги, спина, попка удобно расположились на этой большой облачной подушке. Теперь начинается путешествие. Облако медленно поднимается в синее небо. Чувствуете, как ветер овеивает ваши лица? Здесь, высоко в небе, все спокойно и тихо. Пусть облако перенесет вас сейчас в такое место, где вы будете счастливы. Постарайтесь мысленно увидеть это место как можно более точно. Здесь вы чувствуете себя совершенно спокойно и счастливо. Здесь может произойти что – нибудь чудесное и волшебное... Теперь вы снова на своем облаке, и оно везет вас назад, на ваше место в классе. Слезьте с облака и поблагодарите его за то, что оно так хорошо вас покатило. Теперь понаблюдайте, как оно медленно растает в воздухе. Потянитесь, выпрямитесь и снова будьте бодрыми, свежими и внимательными.

5. Упражнения для развития мелкой моторики

«Колечко»

Поочередно перебирать пальцы рук, соединяя в кольцо большой палец и последовательно указательный, средний, безымянный и мизинец. Упражнения выполнять начиная с указательного пальца и в обратном порядке от мизинца к указательному. Выполнять нужно каждой рукой отдельно, затем обеими руками вместе.

«Кулак – ребро – ладонь»

На столе, последовательно, сменяя, выполняются следующие положения рук: ладонь на плоскости, ладонь, сжатая в кулак и ладонь ребром на столе. Выполнить 8-10 повторений. Упражнения выполняются каждой рукой отдельно, затем двумя руками вместе.

«Лезгинка»

Левая рука сложена в кулак, большой палец отставлен в сторону, кулак развернут пальцами к себе. Правая рука прямой ладонью в горизонтальном положении прикасается к мизинцу левой. После этого одновременно происходит смена правой и левой рук в течении 6-8 раз.

«Зеркальное рисование»

Положите на стол чистый лист бумаги. Возьмите в обе руки по карандашу или фломастеру. Начните рисовать одновременно обеими руками зеркально-симметричные рисунки, буквы. При выполнении этого упражнения почувствуете, как расслабляются глаза и руки. Когда деятельность обоих полушарий синхронизируется, заметно увеличится эффективность работы всего мозга.

«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».

«Змейка»

Скрестите руки ладонями друг к другу, сцепите пальцы в замок, выверните руки к себе. Двигайте пальцем, который укажет ведущий. Палец должен двигаться точно и четко, не допуская синкинезий. Прикасаться к пальцу нельзя. Последовательно в упражнении должны участвовать все пальцы обеих рук.

«Горизонтальная восьмерка»

1, 2-я неделя занятий. Упритесь языком в зубы, «стараясь их вытолкнуть наружу». Расслабьте язык. Повторите 10 раз. Прижимайте язык во рту то к левой, то к правой щеке. Повторите 10 раз. Удерживая кончик языка за нижними зубами, выгните его горкой. Расслабьте. Повторите 10 раз.

3, 4, 5, 6-я неделя занятий. Вытяните перед собой правую руку на уровне глаз, пальцы сожмите в кулак, оставьте вытянутыми указательный и средний. Нарисуйте в воздухе этими пальцами знак бесконечности как можно большего размера. Когда рука из центра этого знака пойдет вверх, начните слежение немигающими глазами, устремленными на промежуток между окончаниями этих пальцев, не поворачивая головы. Те, у кого возникли трудности в прослеживании (напряжение, частое моргание), должны запомнить отрезок «горизонтальной восьмерки», где это случается, и несколько раз провести рукой, как бы заглаживая этот участок. Необходимо добиваться плавного движения глаз без остановок и фиксаций. В месте остановки, потери слежения нужно провести рукой несколько раз «туда-обратно» по линии «горизонтальной восьмерки».

7, 8-я неделя занятий. Одновременно с глазами следите за движением пальцев по траектории горизонтальной восьмерки хорошо выдвинутым изо рта языком

6. Глазодвигательные упражнения

«Взгляд влево вверх»

Правой рукой зафиксировать голову за подбородок. Взять в левую руку карандаш или ручку и вытянуть ее в сторону вверх под углом в 45 градусов так, чтобы, закрыв левый глаз, правым нельзя было видеть предмет в левой руке. После этого начинают делать упражнение в течение 7 секунд. Смотрят на карандаш в левой руке, затем меняют взгляд на «прямо перед собой». (7 сек.). Упражнение

выполняют 3 раза. Затем карандаш берут в правую руку и упражнение повторяется.

«Горизонтальная восьмерка»

Вытянуть перед собой правую руку на уровне глаз, пальцы сжать в кулак, оставив средний и указательный пальцы вытянутыми. Нарисовать в воздухе горизонтальную восьмерку как можно большего размера. Рисовать начинать с центра и следить глазами за кончиками пальцев, не поворачивая головы. Затем подключить язык, т.е. одновременно с глазами следить за движением пальцев хорошо выдвинутым изо рта языком.

«Глаз – путешественник»

Развесить в разных углах и по стенам класса различные рисунки игрушек, животных и т.д. Исходное положение – стоя. Не поворачивая головы найти глазами тот или иной предмет названный учителем.

7. Самомассаж

а) Оттянуть уши вперед, затем назад, медленно считая до 10. Начать упражнение с открытыми глазами, затем с закрытыми. Повторить 7 раз.

б) Двумя пальцами правой руки массировать круговыми движениями лоб, а двумя пальцами левой руки – подбородок. Считать до 30.

в) Сжимают пальцы в кулак с загнутым внутрь большим пальцем. Делая выдох спокойно, не торопясь, сжимают кулак с усилием. Затем, ослабляя сжатие кулака, делают вдох. Повторить 5 раз. Выполнение с закрытыми глазами удваивает эффект.

Комплекс кинезиологических упражнений для координации работы глаз и рук

(использованы упражнения П. и Г. Деннисон, А.Л. Сиротюк)

Упражнения рекомендуется выполнять ежедневно в течение 6 - 8 недель по 15 – 20 минут.

Цель: улучшение навыков письма, интеграция работы глаз и рук, формирование визуального и пространственного восприятия, развитие координации тела и двигательных навыков.

1. **Восьмерки.** Исходное положение – стоя. Закройте глаза. Пальцами одной руки проведите перед глазами горизонтальную восьмерку. Следуйте закрытыми глазами за движениями пальцев. Продолжайте рисовать, увеличивая размеры восьмерки. Отдохните и откройте глаза. Проверьте резкость зрения.

2. **Восьмерки локтями.** Разведите ноги в стороны и слегка согните их в коленях. Проведите половину горизонтальной восьмерки правым локтем. Глаза должны следить за движениями локтя. Сместите центр восьмерки назад. Прodelайте то же самое с левой стороной.

3. **Крылья.** Поставьте ноги на ширине плеч, расслабьте колени. Потрясите руками и согните локти. Прочертите горизонтальную восьмерку одновременно двумя руками. Сначала вперед, назад и вниз, затем вверх, в сторону и вниз. Подбородок поворачивайте вместе с движениями рук. Повторите несколько раз, пока не почувствуете, что летите. Теперь парите: руки открыты и свободны. На вдохе

наклонитесь вперед, опираясь на носки. На выдохе отклонитесь назад. Еще раз глубоко вдохните.

4. **Рисующий слон.** Исходное положение – стоя или сидя. Колени слегка согните. Наклонитесь головой к плечу. Вытяните руку вперед и рисуйте то, что видите, большими мазками. Затем повторите то же с другой рукой.

5. Сидя, обхватите левой рукой запястье правой руки и массируйте руку. Повторите то же самое с правой рукой.

6. Сидя, соедините руки на уровне глаз. Носом прочертите линию от одной ладони по руке к плечу. Затем впереди вычертите окружность. Теперь следуйте по второй руке. Повторите в другую сторону.

7. Лежа на спине, обнимите руками одно колено, прижимая его к груди. Вторая нога – в расслабленном состоянии. Представьте, что глаза связаны с бедрами. Дышите глубоко. Пусть подколенные сухожилия хорошо растянутся.

Комплекс кинезиологических упражнений для интеграции визуальной и аудиальной модальности

Упражнения рекомендуется выполнять ежедневно в течение 6—8 недель по 15—20 минут. Цель: формирование зрительного и слухового восприятия, развитие зрительной и слуховой памяти, интеграция визуальной и аудиальной модальностей.

1. Сидя или лежа, выдохните, откройте глаза. Вдохните, закройте глаза. Продолжайте упражнение, выдыхая при свете, вдыхая в темноте. Пусть ваши глаза полностью расслабятся, когда они закрыты. Откройте глаза и поморгайте. Каждый раз, открывая глаза, отмечайте то, что видите. Замечайте все изгибы и формы, линии и углы. Сначала замечайте только темные предметы, затем только светлые.

2. Сидя или лежа, закройте глаза и вообразите, что на них светит солнце. Поморгайте глазами так, будто ловите солнечный свет. Посмотрите на солнечный луч с закрытыми глазами, наслаждаясь переливанием цветов. Теперь представьте темноту и расслабьтесь.

3. Сидя, расположите ноги врозь, расслабьте колени. Обнимите руками голову со стороны затылка, касаясь правой рукой левого уха и левой рукой правого. Пальцами выдвигайте затылок вперед. Закройте глаза и расположите голову на руках. Раскачиваясь из стороны в сторону, глубоко дышите, помещая голову в «колыбель». Почувствуйте, что ваше тело – это опора.

4. Сидя, кончики выпрямленных вместе пальцев правой руки подведите к основанию мизинца левой руки, слегка сжатой в кулак. В следующий миг сожмите пальцы правой руки, растяните пальцы левой руки и подведите кончики среднего и безымянного пальцев к основанию мизинца правой руки. Повторите эти движения быстро и попеременно по 10 раз. Выдох делайте через рот при каждой смене рук.

5. Раскройте пальцы левой руки, слегка нажмите точку концентрации внимания, расположенную в середине ладони, большим пальцем правой руки. Повторите 5 раз. При нажатии сделайте выдох, а при ослаблении усилия – вдох. Упражнение делайте спокойно, не торопясь. Потом сделайте то же самое для правой руки.

6. Ребенку предлагаются цифры, вылепленные из пластилина, вырезанные из дерева и др. Ребенок должен ощупать цифру, назвать ее вслух и записать. На начальном этапе тренировки можно предложить воспитаннику самому вылепить из пластилина цифры. В дальнейшем следует перейти к запоминанию последовательности из 3 - 4 цифр на основе их осязания. Последующий этап тренировки – буквы вычерчиваются в воздухе двумя руками в зеркальном отражении.

7. Сложите большой и указательный пальцы кончиками вместе, с усилием прижмите друг к другу, сгибая в наружную сторону. Это же упражнение сделайте для большого и среднего, большого и безымянного, большого и мизинца (для каждой руки 20 раз). Затем кончиком большого пальца сильно надавите последовательно на основания каждого пальца с наружной и внутренней стороны.

8. Одновременно двумя руками вычертите в воздухе в зеркальном отражении информацию, которую необходимо запомнить (цифры, слова и т.д.). Одновременно с промахиванием проговорите эту же информацию.

«Нейротаблицы на внимание»

В данных играх необходимо одновременно двумя руками находить одинаковые объекты слева и справа. Объекты могут быть абсолютно разные: дикие и домашние животные, цифры, числа, русский и английский алфавит и т. д. Можно полностью изменить изображения по Вашим педагогическим потребностям. Можно играть всей группой на скорость. Можно делиться на команды или научить детей играть вдвоем. Также в эту игру можно играть одному.

Игра «Соедини точки», цель которой соединить верхние и нижние точки по пунктирным линиям от края к середине или наоборот, и усложненный вариант (без них, затем нужно называть получившиеся сочетание с автоматизируемым звуком).

Для развития межполушарных связей полезно играть со специальными тренажерами (межполушарными досками). Это приспособление сделано из дерева и выглядит как два зеркально отраженных лабиринта. Ребенку нужно передвигать два бегунка одновременно. Эта игра стимулирует работу обоих полушарий головного мозга, влияет на синхронизацию работы глаз и рук, а также развивает концентрацию, усидчивость, внимательность и мелкую моторику.

Похожая игра «**Умные дорожки**», где нужно также провести одновременно пальцами обеих рук по дорожке.

«**Веселые пальчики**». Здесь ребенок называет картинку и поднимает пальчик с нужным цветом. Сначала играем с одной картинкой на две руки, а затем на каждую руку используем разные картинки.

«**Найди такую же цифру**».

Перед ребенком выкладываются цифры, вырезанные из разных материалов: дерева, ткани и других. Ему нужно найти одинаковые цифры, например, все 3.

«**Узнай цифру на ощупь**».

В мешочек складываются вырезанные цифры, ребенок в него запускает руку и ищет предложенную цифру.

«**Составь фигуру**».

Ребенку предлагают из нескольких частей сложить геометрическую фигуру: квадрат, круг, прямоугольник.

«Большие, маленькие, средние».

Перед ребенком раскладываются предметы разного размера, и предлагают ему на три кучки разложить их по размеру.

«Зеркальное рисование».

Ребёнку даётся рисунок в перевернутом виде. Рисунок может быть любой, разного уровня сложности, в зависимости от возраста ребёнка. Желательно, чтобы присутствовало много мелких деталей. Ребёнку нужно внимательно посмотреть на рисунок и нарисовать такой же, но не перевернутый.

Кинезиологические упражнения направлены на развитие общей двигательной координации, формирование крупных содружественных движений двумя руками и ногами, развитие координации рук и ног, развитие крупной моторики, развитие межполушарных связей в упражнениях по развитию мелкой моторики рук, одновременное использование речи и движений.

«Ухо – нос», где ребенок левой рукой держится за кончик носа, а правой – за мочку уха. По хлопку ребенок меняет положения рук. Выполнять это упражнение можно стоя на балансировочной доске.

«Цветочек»

Сложить пальцы руки в «цветок», попеременно опускать по 2 «лепестка» (пальцы руки, чередуя лепестки. Усложнить одновременно выполняя обеими руками синхронно.

«Коза-корова»

Попеременно менять положение пальцев обеих рук с «козы» (указательный и средний палец не согнуты в кулак) на «корову»

«Молчу — шепчу — кричу»

Следует придумать знаки, которые обозначают, что именно нужно делать: молчать, шептать или кричать и показывать их ребенку. Он должен реагировать соответствующим образом.

«Прикосновения»

Для игры потребуются предметы, сделанные из различных материалов: стекла, дерева, меха и т. д. Их следует положить на стол возле ребенка, завязать ему глаза. Предложить определить, что именно за предмет у него в руках.

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.

Игра: «Разложи предметы»

Цель: учить ориентироваться в пространстве не только относительно себя, но и относительно других объектов.

Возраст: от 5 лет.

Количество участников: индивидуальное занятие.

Материал: можно использовать любые предметы (в приведенном примере это ластик, карандаш и тетрадь).

Процедура проведения: ребенок должен располагать имеющиеся предметы так, как скажет педагог.

Инструкция: «Представь, что ты работаешь помощником продавца. Чтобы покупатели лучше видели товар, попробуй разложить его разными способами:

- Положи карандаш на тетрадь.
- Положи тетрадь на карандаш.
- Положи карандаш между ластиком и тетрадью.
- Положи карандаш так, чтобы он одновременно оказался под тетрадью и ластиком.
- Положи ластик ближе к карандашу, чем к тетради.
- Положи тетрадь слева от карандаша, но справа от ластика.
- Положи карандаш справа от тетради и ластика».

Пространственная «раскраска»

Цель: ориентирование в речевом обозначении пространства с опорой на зрительный образ.

Возраст: от 6 лет.

Количество участников: индивидуальное занятие.

Материал: лист бумаги; простой карандаш; 4 карандаша разных цветов.

Процедура проведения: педагог рисует в разных участках листа бумаги четыре воздушных шара. Второй шар должен быть меньше остальных. Задача ребенка - раскрасить шары в соответствии с указаниями педагога.

Инструкция: «Есть одна такая страна, где все окрашено только в белые и черные цвета. Там живут ребята, которые никогда не видели ничего яркого и красивого. Давай мы их порадуем воздушными шарами, которые ты раскрасишь.

Раскрасить их надо так: маленький шарик должен быть желтого цвета и находиться между красным и синим, синий справа от желтого, красный шарик слева от маленького, а зеленый под и между синим и желтым».

Игра «Дутибоп»

Цель: повышение тонуса мозговой деятельности.

Инструкция: ребёнок и взрослый сидят или лежат на полу друг напротив друга.

Перед каждым из них — ворота для шарика, сделанные из карандашей или ручек.

Роль шарика может выполнять скомканный листочек бумаги или ваты. Шарик кладётся между игроками на одинаковом расстоянии от каждого. По команде игроки начинают дуть, стараясь загнать шарик в ворота противника.

Другой вариант этой игры — «Рекорды», когда ребёнок соревнуется сам с собой.

Ребёнок дует на шарик, стараясь с каждым разом продвинуть его как можно дальше. Результат каждой попытки отмечается, например, карандашом.

Дополнительно можно попросить ребёнка чередовать вдохи: первый раз — вдох носом, выдох ртом, второй раз —вдох ртом и выдох ртом.

Игра «Запоминалочка»

Цель: Развитие концентрации внимания, умения следовать инструкции, расширение объёма слухового восприятия и кратковременной памяти

Инструкция: Один из игроков придумывает слово. Затем каждый участник добавляет по одному слову, повторяя фразу целиком. Слова можно вставлять в начало фразы, в середину, в конец. Постепенно фраза становится всё длиннее. Проиграл тот, кто не смог правильно повторить всю фразу Улица. Зелёная улица. Зелёная улица с домиками. Зелёная улица с красивыми домиками.

Игра «Цветные карточки»

Цель: Развитие ориентации в пространстве, относительно своего тела, умение быстро переключаться.

Инструкция: У взрослого в руках четыре цветные карточки. Он показывает их в произвольном порядке и сопровождает инструкцией. Ребёнок должен делать шаги согласно инструкции. Например: «Жёлтая — шаг вперёд, зелёная — шаг назад, синяя — влево, красная — вправо». Спустя время инструкцию к цвету карточки можно поменять, тем самым сломав стереотип.

Упражнение «Чтение под стук»

Цель: развитие концентрации и распределения внимания.

Инструкция: взрослый читает ребёнку текст в среднем темпе и одновременно стучит по столу. Ребёнок должен пересказать текст и назвать количество ударов. Текст берётся в зависимости от уровня подготовленности и возраста ребёнка. Рекомендованное количество ударов от 5 до 10. В деревне Приехал Миша летом в деревню из города. Всё незнакомо. Вышел во двор. А у крыльца маленький поросёнок ест из корыта. На заборе петух сидит. Крылья у петуха большие, гребешок красный. Взлетел на забор: — Ку-ка-ре-ку! Заглянул Миша в сарай. А там корова Зорька стоит, сено жуёт. Такого в городе не увидишь.

Игра «Нос — пол — потолок»

Цель: развитие внимания и снятие импульсивности.

Инструкция: Взрослый показывает рукой на свой нос, затем на потолок, затем на пол, одновременно называя их. Ребёнок повторяет. Затем взрослый, увеличивая скорость, начинает путать ребёнка, показывая одно, а называя другое. Ребёнок должен показывать, то что называет взрослый, игнорируя его показывание.

Упражнение «Двуручное письмо и симметричные рисунки»

Цель: укрепить межполушарные связи, развивать внимание

Возраст: от 5 лет.

Ход упражнения: рисование симметричных фигур одновременно двумя руками включает оба полушария в выполнение одной задачи. Разделить лист бумаги пополам вертикальной линией. Рисовать правой и левой руками одновременно, так чтобы движения и выполняемые рисунки получались зеркальными. Начать можно с рисования простых картинок (бабочка, елочка, геометрические фигуры) и усложнить его до написания слов курсивом. После того, как выполняющий упражнение поймет, что от него требуется, в данном упражнении поощряется творчество, создание собственных картинок, а не следование образцу. Разнообразить выполнение упражнения и приспособить его к выполнению в различных условиях: можно рисованием в воздухе, на доске мелом, на полу, на песке палочками или непосредственно пальцами и ладонями. Раздражение рецепторов кожи ладоней в последнем случае создает дополнительную стимуляцию зон коры полушарий с двух сторон.

Межполушарное рисование» - позволяет улучшить у ребенка память, внимание, пространственные представления, мелкую моторику, снижает утомляемость.

«Кинезиологические упражнения» - активизируем мыслительную деятельность.

«Су-Джок» - является воздействие на биологически активные точки, стимулировать речевые зоны коры головного мозга.

«Пальчиковые игры» - стимуляция внимательности, совершенствование мелких движений пальцами, формирование образного мышления, снятие напряжения с мышц верхних конечностей.

Упражнение «Колечко»

Цель: развитие межполушарного взаимодействия.

Поочередно и как можно быстрее перебирать пальцы рук, соединяя кольцо с большим пальцем, указательным, средним и т. д. Затем в обратном порядке – от мизинца к указательному пальцу

«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 наоборот».

"Кулак – ребро – ладонь"

Ведущий показывает ребенку три положения ладони на столе, последовательно сменяющих друг друга: раскрытая ладонь на столе, ладонь, сжатая в кулак, ладонь ребром на столе. Сначала упражнение выполняется вместе с ведущим:

- а) ладонью правой руки;
- б) ладонью левой руки;
- в) обеими ладонями одновременно.

При этом меняем темп выполнения, то убыстряя, то замедляя его. Затем ребенок выполняет упражнение сам. Если у ребенка все получается, то при этом можно одновременно произносить веселые стихи.

Игры с массажными мячиками

- перекладывание из правой руки в левую и наоборот
- удар мяча о пол правой рукой к левой ноге, и наоборот
- упражнение парами: передача соседу (из правой руки в левую руку соседа, затем из правой руки в правую руку соседа (перекрестная передача)
- упражнение в кругу По одному мячу участнику. Круг поплотнее. Левая рука ладонью вверх, правая рука ладонью вниз. Передаем мяч соседу в левую руку, закрываем правой. Можно добавить речевое сопровождение. Когда мяч попал в левую руку, передаем его за головой в правую руку и отдаем соседу.

Игра «Рисовалка»

Игра развивает ориентировку в собственном теле, собственные ощущения. Встаем в один ряд (у первого в руках фломастер). Я крайняя, рисую на спине у впереди стоящего определенный несложный рисунок, далее все повторяют узор, который почувствовали на спине соседа впереди. Первый человек рисует на листе то, что до него дошло (как «Сломанный телефон»).

Игра «Крабики»

Есть еще такая игра, когда нужно вам активизировать внимание определенного ребенка, либо наоборот его успокоить. Проснулись крабики (бегаем по голове соседа пальцами, от лба до темечка и обратно)

Игра на развитие координации движений

Цель следующих упражнений: развитие межполушарного взаимодействия, ловкости, моторики, гармонизации работы двух полушарий головного мозга. Главный принцип – подключение двух конечностей – двух рук, двух ног, 2 руки одновременно (упражнения сидя), либо перекрестное выполнение.

Поднимаем: правая рука, левая рука, правая нога, левая нога, правые рука и нога, левая рука и нога, правая нога и левая рука, левая нога и правая рука, правый локоть и правое колено, правый локоть и левое колено.

Встаем в круг, руки в стороны. Когда мы соединяем руки перед собой, мы соединяем только большие пальцы, затем только указательные...и так до мизинца. Можно усложнить, закрыв глаза. Если хотите сделать гимнастику для глаз, можно попросить следить ребенка глазками за определенной рукой.

Игра «Скалолаз». Встаем лицом к стене, руки ставим на стену. Здесь несколько вариаций: передвигаются ручка и ножка одноименные, параллельно стене (лева нога и левая рука одновременно, их «догоняют» правая нога и рука. С усложнением: 1. закрыть глазки. 2. Л рука, П рука, Л нога, П нога 3. спиной к стене: П рука, Л рука, П нога, Л нога

Упражнения с листом бумаги.

Ладони вперед, на ладони кладем по листу бумаги. Необходимо смять листок в шарик, не помогая ни рукой, ни другими частями тела. Затем расправить. Затем опять смять и можно поиграть в игру - кидание комочка под рукой- межполушарное взаимодействие, либо «Снежки» (Пальчиковая гимнастика). Либо можно сдуть с ладони (дыхательная гимнастика)

Игра «Слепые шаги»

Цель следующих упражнений - развитие пространственной ориентировки. Не все знают, что формирование пространственных представлений у ребенка начинается относительно своего тела, потом уже положение тела в пространстве. Участник закрывает глазки, ведущий его ведет по листам бумаги словами для ориентации в пространстве, согласно выложенным листам бумаги. Например, шаг вправо, шаг вперед, шаг вправо, шаг вправо, шаг вперед и т.д. Ведущим может быть педагог, либо берем двоих детей: один идет, другой его ведет словами.

Игра «Присядь сосед»

Цель: развитие умений действовать по правилам, контроль двигательных и эмоциональных реакций, снятие импульсивности, развитие и переключение внимания, навыков самоконтроля. Встаем в круг. Ведущий с мячом в середину круга. Задача игроков: тот, кому я кидаю мяч – ловит его, а соседи справа и слева – присаживаются и встают. Те, кто не соблюдают правила, можно придумать определенное задание.

Упражнение «Сороконожка».

Встаем паровозиком, держим друг друга за талию (можно использовать как динамическую паузу на занятиях). Идем по кругу, начиная с П ноги, в сторону сначала П нога, затем левая. У всех одновременно. Затем берем за талию человека через одного, т.е. плотнее прижимаемся к впереди идущему и идем ноги на ширине плеч.

«Речка-берег»

Понадобится веревочка, ее нужно положить на пол, чтобы она обозначала береговую линию.

Участник становится с одной стороны веревочки, с другой течет река. Психолог предлагает ребенку выполнять его команды «речка», «берег». Ребенок должен прыгать соответствующим образом.

В первой части игры психолог в случайном порядке дает команды и смотрит, может ли ребенок их правильно выполнять. Потом начинает их давать в правильном порядке до тех пор, пока малыш не привыкнет.

Внезапно порядок меняется, задача ребенка — переключиться. Если он регулярно ошибается, его нужно попросить не торопиться. Это хорошо помогает справляться с импульсивностью. «Прикосновения»

Для игры потребуются предметы, сделанные из различных материалов: стекла, дерева, меха и т. д. Их следует положить на стол возле ребенка, завязать ему глаза. Предложить определить, что именно за предмет у него в руках.

«На зарядку становись!»

Цель: формирование соматопических представлений и их вербальных обозначений, а также развитие моторики.

Возраст: от 5 лет.

Количество участников: занятие можно проводить как индивидуально, так и в группе.

Подсобный материал: не требуется.

Процедура проведения: педагог называет ребенку последовательность движений, которые он должен совершать. Например: «Выстави правую ногу вперед. Теперь подними вверх левую руку» и т.д. В предлагаемой «Инструкции» мы привели описание одной серии движений. Педагог сможет затем по аналогии придумать другие.

Варианты упражнения:

1) педагог называет последовательность движений, затем ребенок должен ее выполнить;

2) педагог показывает серию движений, затем ребенок проговаривает вслух, какие движения были сделаны, соблюдая их последовательность.

В данной игре полезно меняться ролями, чтобы у ребенка была возможность дать задание педагогу и проверить правильность его выполнения. Но не надо спешить отдавать ребенку руководящую роль, так как он сначала должен научиться выполнять предложенные задания, чтобы потом по аналогии придумывать свои.

Инструкция: «Сейчас я буду говорить тебе, какие все более сложные движения ты будешь делать. Ты внимательно слушай, а потом каждое выполни точно так, как я тебе скажу.

- Коснись правой рукой своего носа.

- Прыгни на двух ногах вправо.

- Прыгни три раза на правой ноге влево и один раз вперед.

- Вытяни вперед левую руку, а правую подними вверх.

- Коснись правой рукой своего левого уха.

- Сделай один шаг назад и попрыгай на левой ноге.

- Согни правую ногу в колене, а левой рукой дотронься до своей правой брови.

- Дотронься указательным пальцем левой руки до правой коленки, а большим пальцем правой руки - до левой коленки».

«Карта сокровищ»

Цель: игра поможет ребенку научиться ориентироваться не только в реальном пространстве, но и в схематичном изображении пространства.

Возраст: от 6 лет.

Количество участников: индивидуальное занятие.

Подсобный материал: лист бумаги, ручка или карандаш, игрушка или что-нибудь вкусное для «клада».

Процедура проведения: педагог вместе с ребенком рисует схематичное изображение комнаты, квартиры или другого места, в котором проходит занятие, проговаривая вслух, что стоит справа, что слева, что посередине. Затем педагог обозначает на схеме - «карте сокровищ» - крестиком место, где он спрятал «клад», и просит ребенка помочь найти обозначенное место, сверяясь с картой.

Можно играть в эту игру и поменявшись ролями: ребенок сам на карте отмечает место, где спрятана игрушка, и рисует стрелками на плане дорогу к нему. Задача педагога - убедиться

в правильности схемы, найдя «клад» по указателям на карте.

«Повтори»

Цель: Цель: игра поможет ребенку научиться ориентироваться в реальном пространстве, а также развитие моторики.

Перед ребенком выложить карточки с изображением различных действий рук. Например: правая ладонь прямая, а левая сжата в кулак, или правая рука сжата в кулаке, а левая поставлена на ребро. При слове «меняем», ребенок должен быстро поменять руки. Для усложнения можно хлопнуть в ладоши после слова «меняем».

«Мама-робот»

Это упражнение направлено на то, чтобы ребенок сам рассказывал другому человеку, что нужно делать. Причем он в основном должен говорить, а не показывать.

Следует представить, что мама разучилась делать самые обычные вещи и ей нужен проводник, который бы в этом помог.

Делать то, что ребенок говорит, следует буквально, не добавляя ничего от себя. Если для создания бутерброда хлеб отрезать не нужно, то именно это и повторить. Важно, чтобы малыш увидел, что результат его планирования не совсем такой, как нужно, и сам скорректировал свои действия.

Еще один вариант — завязать маме глаза, и пусть ребенок объясняет, как ей добраться до определенного места или предмета. Делать это нужно, указывая количество шагов.

«Муха»

Нужно взять листок бумаги и расчертить его на 16 клеток (4 на 4). Отдельно нарисовать муху и вырезать ее (можно использовать предмет, который будет ее символизировать, например, пуговицу). Поставить муху на произвольную клетку и приказывать ей двигаться в определенном направлении.

После нескольких таких приказаний (клеточка вверх, две вниз и т. д.) спросить у ребенка, где муха находится сейчас. Если прозвучал правильный ответ, передвинуть ее на соответствующую клетку, если нет, повторить и продемонстрировать ее движение.

«Фотограф».

Взрослый превращается в капризного фотографа, который никак не может рассадить игрушки, чтобы сделать фото. В этом случае к игре привлекают ребенка и просят рассадить игрушки правильно: булку справа от медведя, слона

слева от куклы, построить за игрушками пирамидку из кубиков. Перед игрушками выложить коврик из пазлов. Сделав фото, можно изменить положение игрушек. После на компьютере рассматривая фото, можно спросить у ребенка, где какая игрушка находится.

«Что сначала, что потом?».

Детям задают вопросы: Какое время года закончилось? Какое время сейчас? Какое будет потом? С какого времени года начинается год? После какого сезона идет весна? Можно разложить перед ребенком картинки и предложить ему разложить их по порядку – по временам года.

«Найди такую же цифру».

Перед ребенком выкладываются цифры, вырезанные из разных материалов: дерева, ткани и других. Ему нужно найти одинаковые цифры, например, все 3.

«Узнай цифру на ощупь».

В мешочек складываются вырезанные цифры, ребенок в него запускает руку и ищет предложенную цифру, например 1.

«Большая гусеница» — стадия сидения.

И.П. Сидя, руки упираются в пол сзади туловища.

Складывая колени перемещаться вперед (назад) с максимальной амплитудой и координированной работой рук и ног.

«Маленькая гусеница».

И.П. Сидя на полу, ноги вместе, прямые, руки лежат на коленях.

Колени не сгибаются, «ползание на ягодицах».

«Паучок»

И.П. стойка на согнутых руках и ногах животом вверх.

Сначала проводится обучение перемещению вперед – назад, потом движение односторонней – разносторонней рукой – ногой (каждый способ передвижения отрабатывается отдельно).

«Крабик»

И.П. как в предыдущем упражнении, но движение выполняется боком.

Отрабатываются шаги одноименными и разноименными конечностями.

Необходимо следить, чтобы руки и ноги не обгоняли друг друга.

Заключение

Вывод: благодаря использованию в работе нейропсихологических методов и приемов у детей отмечается улучшение работоспособности, повышение познавательной активности, становится выше качество двигательных навыков, самоконтроля, восприятия информации.

На основании исследований был сделан вывод о прямой взаимосвязи незрелости развития мозговых структур и таких явлений, как гиперактивность, соматические заболевания (астма, аллергии, некоторые виды сердечных аритмий и т.д.), общее снижение иммунитета, дефицит внимания, сложности в адаптации, задержка речевого развития, агрессивность, неустойчивость психики и склонность к различного рода зависимостям.

Практическая значимость использования нейрогимнастики в системе состоит в том, что система оригинальных упражнений и игр, помогает целостно развивать не только психофизическое здоровье детей дошкольного возраста, но и развивать, исправлять недостатки устной речи, а также, в последствие, предупредить нарушения чтения и письма будущих школьников, что актуально в условиях подготовительной группы.

Систематическое использование нейропсихологических упражнений и игр оказывает положительное влияние на обучение, развитие интеллекта, улучшает состояние физического здоровья, снижает утомляемость, повышает способность к произвольному контролю.

Основным требованием к квалифицированному использованию специальных нейропсихологических технологий является точное выполнение движений и приёмов вместе с педагогом, систематически, постепенно усложняя и увеличивая время и сложность.

Литература и интернет-ресурсы

1. [Сборник статей весенней межмуниципальной сессии для работников образования](#)
2. [Экспресс-диагностика в детском саду авторы Павлова Н.Н., Руденко Л.Г.](#)
3. Н.Н. Павлова, Л.Г. Руденко. Диагностика в детском саду. – М.: ГЕНЕЗИС - 2008
4. Оздоровление детей в условиях детского сада. Под редакцией Л. В. Кочетковой. М., 2007г. Нищева Н. В. «Картотека подвижных игр, физминуток, пальчиковой гимнастики». Изд.: Санкт – Петербург Детство – Пресс 2010 г.
5. Михайленко Н. Я., Короткова Н. А. «Организация сюжетной игры в детском саду» Изд.: Москва Линка – Пресс 2009 г.
6. Алексеева «Музейные бродилки» //Прямая речь – 2013 г. №11.
7. Т.П. Корзникова, Н.В. Просоедова, М.М. Степанова. «Квест-игра как эффективное форма организации образовательной деятельности дошкольника» Известия ВГПУ. Педагогические науки № 3 (272), 2016г.
8. Визель Т.Г. Основы нейропсихологии: учебник для студентов вузов / Т. Г. Визель. — М.: АСТАстрель Транзиткнига, 2017. — 264 с.
9. Голдберг Э. Управляющий мозг. Москва, 2003.
10. Деннисон П., Деннисон Г. Образовательная кинестетика для детей. Москва, 1998.
11. Захарова Р.А., Чупаха И.В. Методика «Гимнастика мозга». В сб.: Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе. М., Ставрополь, «ИЛЕКСА», «СЕРВИС ШКОЛА», 2001.
12. Колганова В.С., Пивоварова Е.В. Нейропсихологические занятия с детьми. - М.: Айрис-пресс, 2015.
13. Лурия А.Р. Основы нейропсихологии. М., 1973.
14. Пьянова Л.А. Нейрогимнастика в коррекции нарушений речевого развития и оздоровления детей дошкольного возраста // Сборник «Образование и психологическое здоровье» в сетевом издании «Региональный социопсихологический центр». – М., 2018.
15. Пьянова Л.А., Чаплыгина А.А. Использование балансирующей подушки и нейрогимнастики в логопедической работе с детьми дошкольного возраста с тяжёлыми нарушениями речи // Сборник материалов Регионального Фестиваля педагогических идей «Дошкольное образование: опыт и перспективы», ч. 1. 2019.
16. Сиротюк А.Л. Нейропсихологические и психофизиологические сопровождения обучения. – М.: ТЦ «Сфера», 2003.
17. Трясорукова Т.П. «Развитие межполушарного взаимодействия у детей: нейродинамическая гимнастика». – Ростов н/Д.: Феникс, 2019.

Родительское собрание на тему

«Нейроигры в развитии детей старшего дошкольного возраста»

Цель: педагогическое просвещение родителей в развитии ребенка с применением нейроигр.

Повестка

1. Сообщение о роли нейроигр в развитии детей (педагог)
2. Мастер – класс с родителями «Игры дома за 5 мин».
3. Разное.

Как говорил известный педагог, психолог Иван Петрович Павлов «Руки учат голову, затем поумневшая голова учит руки, а умелые руки снова способствуют развитию мозга».

Известно, игра – одно из средств воспитания детей дошкольного возраста. Играя, ребенок познает мир вокруг себя, получает удовольствие взаимодействуя друг с другом, старается победить, соревнуется. Игровые технологии повышают интерес и мотивацию, помогают не бояться ошибок, развивают коммуникацию. Игра – это естественное состояние и потребность любого ребенка. В современном мире существует великое множество разных игр – настольно-печатные (лото, домино, пазлы), дидактические игры, развивающие игры, словесные (считалки, потешки, скороговорки и т.п), подвижные игры.

Давайте вспомним с вами как мы проводили время в наше детство: поднимите руки те, кто в детстве бегал босиком? Кто прыгал на скакалке, в резиночку, крутил обруч, играл в классики, играли с мячом. А наши дворовые игры с соблюдением правил: это прятки, 12 палочек, казаки-разбойники, цепи-кованы и многое другое...

А теперь поднимите руки те, кто видит в наше время прыгающих и бегающих детей на улице? А со скакалкой, с обручем? Современные детки ведут малоподвижный образ жизни, сидят возле гаджетов, в телефонах, у компьютера. Да сейчас время цифровых технологий, и от этого никуда не деться, наши маленькие дети больше нас разбираются в технике и это здорово. Но мы идем с вами к тому, что в светлом будущем дети будут психически, физически, соматически ослаблены.

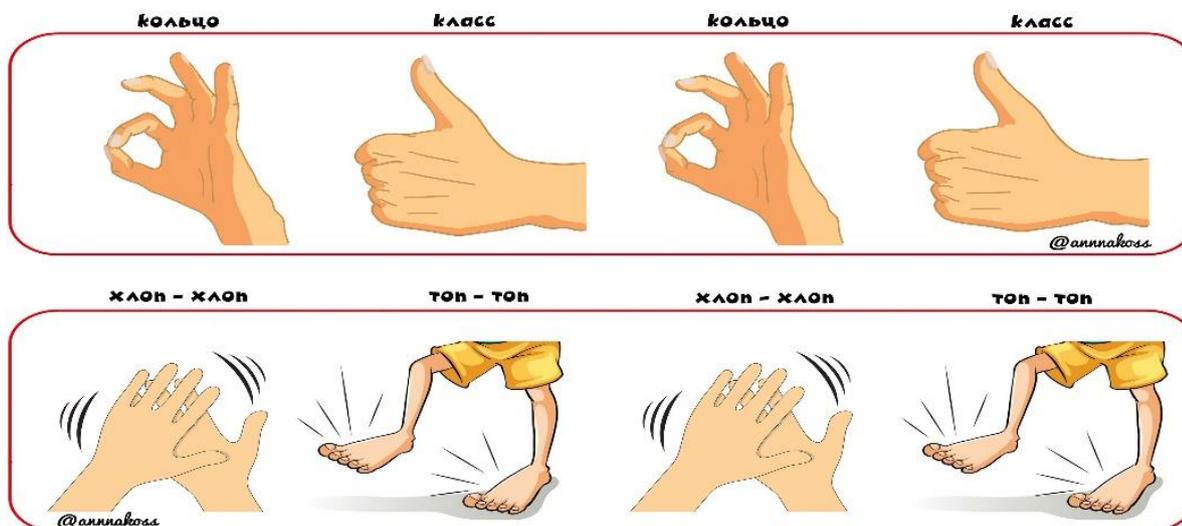
Сегодня, я хочу рассказать вам о нейроиграх. И так, что же такое нейроигры? Нейроигры – это игровые комплексы, способствующие развитию психических процессов: памяти, внимания, мышления, развитию координации, активизации речи, улучшают чувство ритма, способность к произвольному контролю и повышает позитивный и эмоциональный настрой. Пугающее слово – нейроигры – не требуют вмешательства медикаментов. Нейроигры являются доступным средством для развития ребенка. Можно с уверенностью сказать, что нейроигры содержат в себе развивающий потенциал, а любую развивающую игру отнести к нейроиграм. Нейропсихологи (Семако Н.Я., Судовская Н.В., Праведникова И.И.) рекомендуют применять нейроигры с 3-х лет.

Кому предназначены такие игры? Ответ прост – всем. Такие игры полезны и взрослым и детям, ведь они проходят в игровой форме, имеют эмоциональную привлекательность, многофункциональны, сочетаются с двигательной

активностью, формируют партнерское взаимодействие между ребенком и взрослым.

Уважаемые родители, предлагаю погрузиться в детство, немного поиграть. Встаньте посвободнее, повторяйте за мной.

Карточки для нейрозарядки
ПОПРОСИТЕ РЕБЕНКА ПОВТОРИТЬ ПОЗЫ ИЗОБРАЖЕННЫЕ НА КАРТИНКАХ.



Замечательно, улучшилось, присаживайтесь. Поиграли сами, научите дома деток.

2. Мастер – класс с родителями

Чем привлекательны нейроигры? Их можно не только приобрести в магазине, но и создать самому. Нужно лишь желание, а все необходимое находится на столах.

1. Нейроигра на внимание «Домашние животные»

Материал: лист бумаги А4, фломастеры, клей, картинки домашних животных. Структура: вам необходимо обвести обе руки на листе бумаги, затем приклеить на правую/левую руку домашних животных, чтоб животные соответствовали местоположению на пальцах рук, на указательных кошка, на больших собака и т.д.

Как играть: предложите ребенку рассмотреть карточку, назвать знакомых животных, а затем показать животных соответствующими пальцами рук.

Вариация может быть любая – от животных до фруктов, главное желание.

2. Нейротаблица на сенсорное развитие «Веселые круги»

Материал: лист бумаги А4, фломастеры, цветная бумага, клей, ножницы, линейка. Структура: вырезаем круги одного размера 8 шт, разных цветов 2 комплекта. Расчертить пополам лист бумаги, наклеить круги так, чтоб они не повторяли местоположение.

Как играть: предложите ребенку назвать цвета кругов. Помогите, если затрудняется. Предложите показывать одновременно левым и правым пальчиком круги, которые вы назовете.

Если ребенок хорошо знаком с геометрическими фигурами, можно усложнить, добавить квадрат, треугольник.

3. Нейроигра на развитие моторики «Ходилки - бродилки»

Материал: лист А4, фломастеры, линейка.

Структура: лист кладем вертикально, расчерчиваем на 5 одинаковых частей. В верхней левой части рисуем круг, в правой верхней части рисуем овал, затем

ниже чередуем овал, круг и так рисуем до конца листа. На начальном этапе берем один цвет.

Как играть: предложите ребенку погулять пальчиками по листу, где круг там находится 1 пальчик, где овал – там 2 пальчика. Пусть пальчики погуляют сверху вниз, а затем обратно. Со временем, усложняйте темп: сначала медленно – быстрее – быстро.

Вот такие нехитрые игры помогут вашему малышу в полноценном развитии. Старайтесь избегать директивного тона во время игр. Пусть ваша игра будет легкой, веселой, интересной. Покажите ребенку, как нужно играть с улыбкой на лице, а если он не хочет – не заставляйте. Подождите, пока у ребенка будет настроение или когда он заскучает и предложите ему игру.

3. Мы переходим к вопросу о разном.

Для успешной работы и жизни группы нам необходимо выбрать родительский комитет. Роль родительского комитета заключается в помощи работникам ДООУ в организации обратной связи с родителями, в содействии успешной реализации программы ДООУ, задач по всестороннему развитию детей.

Напомнить о режиме работы ДООУ, приеме детей, наличии спортивной формы, носочков, соблюдении масочного режима.

Обратная связь с родителями (ответить на вопросы родителей).

Благодарю родителей за уделенное время, предлагаю взять свои игры домой, поиграть с детьми, прислать фотоотчет в вайбер.

Консультация для родителей на тему: «Нейроигры для детей с проблемами речевого развития»

С рождения и до школы у ребёнка активно формируются все сенсорные системы: зрение, слух, обоняние, осязание, вкус. Для их правильного развития необходимо, чтобы мозг верно «перерабатывал» всю поступающую информацию. Если у ребенка слабая активная деятельность, то и речь у него, как правило, тоже страдает. Давно замечено нейропсихологами, что при выполнении определённых физических действий образуется огромное количество нейронных связей и как следствие, повышается способность к обучению. Помочь в этом могут нейропсихологические упражнения и игры. Нейропсихологические игры развивают и корректируют механизмы мозговой деятельности ребенка. При этом воздействие нейропсихологических упражнений и игр имеет как немедленный, так и накапливающий эффект, способствующий повышению умственной работоспособности, оптимизации интеллектуальных процессов, активизации его энергетического потенциала.

Каким детям необходима нейрогимнастика:

- если ребёнок гиперактивный, «не слышит» взрослых, на замечания не реагирует или, наоборот, чересчур медлительный и пассивный;
- заметна эмоциональная нестабильность, резкие перепады настроения;
- постоянно путает «лево» и «право», сезоны, жалуется на память;
- плохо ориентируется в пространстве, не может скоординировать движения;
- присутствуют навязчивые движения (почёсывания, рисует/пишет с высунутым языком, грызёт ногти и т. д.);
- быстро утомляется, не может сосредоточиться на задании, тяжело осваивает чтение, грамоту и счёт;
- есть проблемы с речью разной сложности;
- наблюдается слабая познавательная деятельность;
- плохо развита мелкая и общая моторика и т. д.

На что направлены нейропсихологические игры и упражнения:

- ✓ развитие концентрации и внимания, координации, умения чувствовать своё тело;
- ✓ развитие памяти, мелкой и общей моторики, умения ориентироваться в пространстве;
- ✓ работа над гармоничным взаимодействием полушарий;
- ✓ активизация речи;
- ✓ работа над эмоциональной устойчивостью, повышением внимания и т. д.

К сожалению, далеко не везде можно найти такого узкого специалиста, как нейропсихолог. И чтобы снизить риск возникновения проблем, родителям следует уделять большое внимание физическому развитию детей. Особенно активно это нужно делать в дошкольный период.

Некоторые из нейропсихологических упражнений и игр довольно просты и под силу любой маме.

Вот несколько вариантов нейропсихологических игр:

1. Весёлый мяч

Игры могут быть самыми разными: кидать мяч, подбрасывать вверх, ловить, перекидывать друг другу, сбивать мишень, катать по полу, играть в футбол,

забрасывать мяч в игрушечное кольцо и т. д. Пособие «Мяч и речь» (авторы О. И. Крупенчук, Т. А. Воробьёва) в этом поможет.

2. Пальчиковая гимнастика

Для детей с патологиями речи (например, задержка речевого развития, общее недоразвитие речи и т. д.) пальчиковые игры необходимы. Как правило, у таких ребят мелкая моторика плохо развита, им сложно показать даже самые простые фигуры («коза», «заяц» и т. д.). Благодаря различным техникам пальчиковой гимнастики удаётся сделать кисть руки более гибкой. Сопровождать такие игры желательно потешками и стихами, к примеру, использовать пособие «Пальчиковые шаги», авторы Е. И. Чернова и Е. Ю. Тимофеева.

3. Су-Джок

Это колючие мячики с металлическими колечками внутри. Ими легко пользоваться, они продаются в ортопедических салонах и стоят недорого. На руках находится множество биологических точек, и при прокатывании Су-Джок между ладонями происходит стимуляция этих точек. Металлические колечки надеваются и снимаются на каждый пальчик. Такой массаж ребёнок может делать самостоятельно под присмотром взрослого. Здесь не страшно ошибиться: любое действие с «ёжиками» принесёт пользу. Вместо Су-Джок можно воспользоваться дарами природы: шишки, каштаны, орехи. Подойдут также любые колючие мячики, например, для стиральной машинки.

4. Дыхательная гимнастика

Сильный речевой выдох – залог успешной коррекции звукопроизношения. Кроме того, дыхательная гимнастика повышает тонус деятельности мозга.

Что делать:

- пускать мыльные пузыри;
- дуть через соломинку;
- дуть на игрушечный флюгер/ветродуй;
- задувать свечи;
- сдувать бумажную салфетку или перо со стола;
- дуть на бумажные кораблики, плавающие в чаше с водой;
- самостоятельно сделать из бумаги бабочку/снежинку/листик, подвесить фигуру на ниточку и просить ребёнка на неё подуть и т. д.

Много полезной информации по дыхательной гимнастике и не только есть в книге О. И. Крупенчук, Т. А. Воробьёвой «Исправляем произношение. Комплексная методика исправления артикуляционных расстройств».

5. Межполушарное рисование

Если полушария работают не слажено, то дети часто испытывают трудности в обучении, так как не происходит полноценного обмена информацией между мозговитыми «соседями». Межполушарное рисование позволяет улучшить эти связи. Предложите ребёнку нарисовать одновременно двумя руками какую-либо фигуру. А помогут в этом пособия Т. П. Трясоруковой «Развитие межполушарного взаимодействия у детей».

6. Кинезиологические упражнения

Они бодрят, тонизируют, буквально заставляют «напрячь мозги». Выполнять их можно вместе с детьми, потому что лишние нейронные связи взрослым тоже не помешают. Вот несколько вариантов игр.

Упражнение «Кулак – ладонь»

Положить на стол ладони. Одну – сжать в кулак, вторая – лежит на столе. Одновременно менять положение рук. Постепенно наращивать скорость выполнения упражнения.

Упражнение «Червячок в яблочке»

Дети показывают два кулачка (яблочка), на правом кулачке выставляют большой палец вверх (это червячок), затем по хлопку меняют, теперь на левом кулачке большой палец выставляют вверх, а на правом убирают. Нельзя. Чтобы два червячка встретились. Можно сопровождать стихотворением:

Червяк дорогу сверху вниз

В огромном яблоке прогрыз.

Упражнение «Класс – заяц»

Левой рукой показывать «класс», правой – «зайчика». Одновременно менять положение рук и постепенно наращивать скорость.

Упражнение «Кольцо».

По очереди и как можно более быстро перебирать пальцами обеих рук, соединяя их в кольцо с большим пальцем. Правая рука — от указательного пальца к мизинцу, а левая – от мизинца к указательному при этом проговаривая звуки, слоги или слова для автоматизации звуков. Упражнение можно повторять в прямом порядке и в обратном.

Эти несложные игры помогут скорректировать в домашних условиях работу двух полушарий и снизить риск развития проблем. В любом случае, если вы заметили, что ребёнок не справляется с нагрузкой, жалуется на утомляемость, страдает перепадами настроения, гиперактивен или слишком пассивен, то обратитесь за консультацией к педиатру, а он вас направит уже к узкому специалисту.

Консультация для родителей: «Что такое нейроигры?»

Сегодня число детей с нарушениями речи заметно растёт. Самая частая причина проблем – повреждение ЦНС во время беременности или родов. И в этом случае нейропсихологическая коррекция – одна из популярных методик в работе с малышами.

Нейропсихология – это научное направление на стыке нейронауки и психологии. Нейропсихология занимается изучением работы структур головного мозга и их связей с психическими процессами и формой поведения. Основная задача нейропсихолога – выявить слабые и сильные стороны работы головного мозга и сделать взаимодействие правого и левого полушария гармоничным. Кому полезно играть в нейропсихологические игры?

Если ваш ребенок:

- Гиперактивный, «не слышит» взрослых, на замечания не реагирует или, наоборот, чересчур медлительный и пассивный.
- Испытывает трудности в усвоении программы. Долго выполняет задания, на занятиях невнимателен.
- Заметна эмоциональная нестабильность, резкие перепады настроения.
- Есть синдром дефицита внимания.
- Постоянно путает «лево» и «право», сезоны, жалуется на память.
- Плохо ориентируется в пространстве, не может скоординировать движения.
- Быстро переключается с одного действия на другое.
- Присутствуют навязчивые движения (почёсывания, рисует/пишет с высунутым языком, грызёт ногти и т. д.).
- Быстро утомляется, не может сосредоточиться на задании, тяжело осваивает чтение, грамоту и счёт.
- Есть проблемы с речью разной сложности.
- Наблюдается слабая познавательная деятельность.
- Плохо развита мелкая и общая моторика порой причина неусидчивости кроется именно в нарушении работы полушарий.

Нейропсихологические игры и упражнения направлены на:

- развитие концентрации и внимания, координации, умения чувствовать своё тело;
- развитие памяти, мелкой и общей моторики, умения ориентироваться в пространстве;
- работа над гармоничным взаимодействием полушарий;
- активизация речи;
- работа над эмоциональной устойчивостью, повышением внимания и т. д.

Для маленьких детей важно движение. С рождения и до школы у ребёнка идёт созревание сенсорных систем: зрение, слух, обоняние, осязание, вкус. Для их правильного развития необходимо, чтобы мозг верно «перерабатывал» всю поступающую информацию. А малыш познаёт этот мир не через родителей, как кажется, а с помощью движения. Мы хотим, чтобы дети были послушными, но это ошибочное желание. Если у малыша слабая активная деятельность, то и речь у него, как правило, тоже страдает, а это значит сбой в работе мозга. В идеале, ребёнок должен вести себя немного спокойнее, чем хулиганы из мультфильма «Осторожно, обезьянки»: мама замучена, зато сколько нейронных связей

образовалось в головах её неугомонных малышей. Дело в том, что при выполнении определённых физических действий, и образуются эти связи, соответственно, повышается способность к обучению. Помочь в этом могут как раз нейропсихологические упражнения.

Эти несложные игры помогут скорректировать в домашних условиях работу двух полушарий и снизить риск развития проблем в будущем.