<u>Консультация для родителей</u>:
«Нейроигры как средство развития умственных способностей ребенка»

Что такое нейроигры?

Нейроигры для детей — это специальные игровые комплексы упражнений, способствующие развитию психических процессов. Это различные телесно-ориентированные упражнения, которые позволяют через тело воздействовать на мозговые структуры. За счет регулярного выполнения определенных действий, направленных на тренировку ЦНС, реально добиться положительного результата в виде более быстрого освоения письма, чтения, развития аналитического и логического типа мышления.**Польза нейроупражнений для дошкольников:**

- развивтие зрительно-моторной координации, общей и мелкой моторики;

- формирование правильного взаимодействия ног и рук;

- развитие пространственных представлений;

- развитие слухового и зрительного внимания, воображения, памяти, речи, восприятия, мышления;

- обучение последовательному выполнению действий.

- формирование партнерского взаимодействия между ребенком и взрослым.

Рекомендации по выполнению нейроупражнений.

Нейроупражнения лучше выполнять не менее 2-3 минут. Время примерное, можно и больше, но меньше будет малоэффективно. Лучше всего выполнять упражнения по нарастающей степени сложности:

- Сначала вы делаете одинаковые жесты на двух руках - 30 сек. Здесь ребёнок привыкает к новому упражнению, знакомится с ним, осваивает правильное положение пальцев и рук.

- Потом начинаете выполнять разные жесты на обеих руках и меняете их местами - 60 сек. Таким образом мы начинаем сильнее включать внимание и тренировать межполушарное взаимодействие.

-Затем усложняете нейрогимнастику разными способами - 60-90 секунд. Здесь можно начать выполнять упражнение на более высокой скорости, с добавлением хлопоков между сменой жестов, обратный счёт,

балансирование на одной ноге,стишки и т. д. Можно выбрать какой-то один способ усложнения, а можно поменять несколько за это время.

Примеры нейроупражнений для детей 3-4 лет.

«Клювики» Руки малыша — «клювики»; раскрыть ладонь одной руки, а кончики пальцев другой руки, сложенные вместе «клюют» в середину раскрытой ладони. Затем соединяем «клювики», а потом повторяем предыдущее движение, сменив руки.

«Ухо-нос» Одной рукой ребёнок берётся за мочку уха, второй — за кончик носа, затем меняет руки.

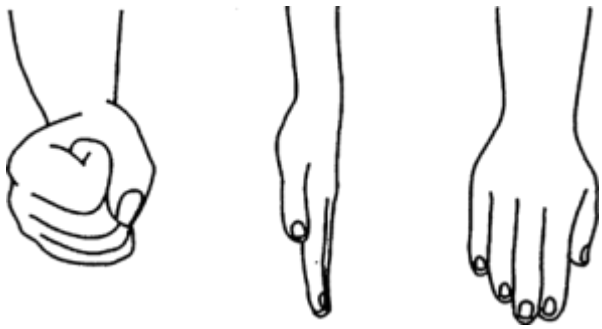
«Ладушки» Эта игра знакома всем родителям: начиная с классического варианта (хлопок — хлопок двумя руками с партнёром — хлопок — хлопок левой рукой с левой рукой партнёра и наоборот, можно усложнять действия, добавляя новые комбинации (например, перекрёстные хлопки обеими руками с партнёром).

Ещё одна интерпретация любимой всеми игры — «Ладошки и хлопок». Это упражнение можно выполнять в одиночку: хлопки в ладоши чередуются с поворотами кистей рук (одна рука расположена ладонью к лицу, вторая — тыльной стороной, затем после хлопка необходимо поменять руки).

«Змейка» Соединяем ладони и двигаем ими, изображая ползущую змею. «Ладонь-локоть» Правую руку, согнутую в локте, поднимаем вверх; ладонь сжата в кулачок. Ладонь левой руки тыльной стороной прижимаем к локтю правой руки. Обе руки образуют прямой угол. Затем меняем руки. Для усложнения упражнения, добавляем хлопок.

Примеры нейроупражнений для детей 4-5 лет.

«Кулак-ребро-ладонь» Ребенок кладет руки на стол. Сначала он сжимает ладонь в кулак и слегка касается стола; далее делает то же самое ребром ладони; и затем кладёт руку на стол ладонью вниз. Взрослый подсказывает, какое движение нужно выполнить, чтобы малыш не запутался. Упражнение повторяется несколько раз одной рукой, затем можно переходить ко второй. Постепенно скорость увеличивается, упражнение выполняется обеими руками и без подсказок взрослого.



«Барабанные палочки» Руки сжаты в кулачки; на одной руке вытянуть указательный палец, на другой — указательный и средний. Указательным пальцем одной руки слегка ударьте по пальцам другой руки, затем хлопком смените руки.

«Капитан» Одну руку сжать в кулачок, большой палец поднять вверх. Вторую руку подносим ко лбу козырьком. Затем меняем руки. Постепенно можно усложнять упражнение, добавив хлопок.

«Нос-пол-потолок» Взрослый поочерёдно указывает пальцем на свой нос, пол и потолок комнаты, проговаривая при этом то, на что он показывает. Ребёнок повторяет движения. Затем взрослый начинает путать ребёнка, время от времени указывая не на те объекты, которые называет вслух. Задача ребенка — показать на верные объекты. Постепенно скорость выполнения упражнения увеличивается.

Примеры нейроупражненний для детей 6-7 лет.

«Хлопок-кулак-щелчок» Хлопок в ладоши, затем стучим кулачками друг о друга, и по очереди делаем щелчки пальцами обеих рук. Упражнение выполняется несколько раз.

«Колечко» Кончик большого пальца поочерёдно соединяем с кончиками всех остальных пальцев от указательного до мизинца и обратно. Упражнение выполняется сначала одной рукой, затем другой, и, наконец, обеими руками одновременно.

«Путаница» Одной рукой ребенок массирует живот, совершая круговые движения ладонью вокруг пупка, а другой ладонью похлопывает или поглаживает себя по голове. Затем меняет руки.

«Коза и заяц» Одной рукой ребёнок показывает ушки зайца, подняв вверх указательный и средний пальцы. Другая рука изображает козу — выпрямлены только указательный палец и мизинец. Затем нужно быстро сменить руки. После нескольких тренировок можно добавить хлопок.

«Перекрёстные шаги» В положении стоя ребёнок поднимает правое колено и касается его локтём согнутой левой руки. Чередуя ноги и руки, ребёнок «марширует» таким образом 1–2 минуты.

Советы родителям.

Чтобы нейроупражнения приносили максимальную пользу и доставляли удовольствие и вам, и вашему ребёнку, следует соблюдать несколько рекомендаций:

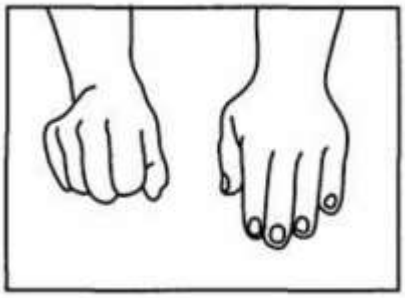
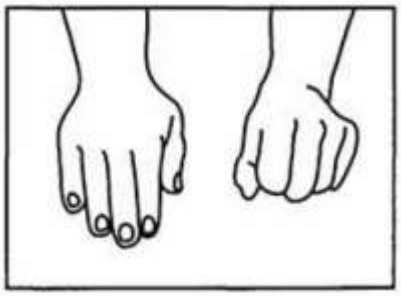
1. Выполняйте упражнения ежедневно. Хорошее настроение ребёнка — обязательное условие: если ребенок не в духе, перенесите занятие на другое время.

2. Обязательно демонстрируйте все упражнения и помогайте ребёнку правильно выполнять их.

3. Перед сном заниматься не стоит: нейроупражнения бодрят. В остальном время и место не имеют большого значения.

4. Если какое-то упражнение даётся ребёнку легко — пришло время усложнить его и ускорить темп или добавить дополнительные движения.

5. Занимайтесь не дольше 7–10 минут в день в зависимости от возраста ребёнка. Всего в комплексе должно быть не больше 5–6 упражнений.

6. Время от времени меняйте упражнения, чтобы занятия не наскучили ребёнку.

Нейроупражнения - не только лёгкий и увлекательный способ развивать мозг, который подходит как взрослым, так и детям, это ещё и прекрасный вариант совместного времяпрепровождения.