

Консультация для родителей

Подготовила: Агафонова Нина Евгеньевна

Нейрогимнастика как средство развития межполушарного взаимодействия у детей дошкольного возраста.

Нейрогимнастика – это программа, которая активизирует естественные механизмы мозга при помощи физических движений. Включая в ежедневные занятия с ребенком гимнастику для мозга, мы тем самым повышаем эффективность занятий и возможный результат. Эта методика позволяет:

- ✓ улучшить концентрацию внимания, памяти;
- ✓ эффективно развивать интеллектуальные и творческие способности;
- ✓ снять стресс, нервное напряжение;

Комплекс нейрогимнастических упражнений для детей 5-7 лет

Подготовим кисти рук:

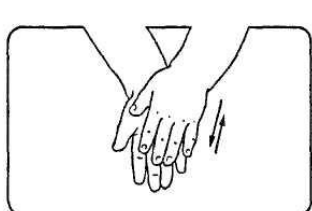


Рис. 19

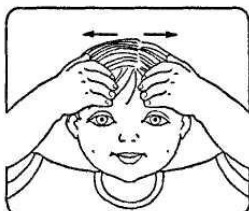


Рис. 20

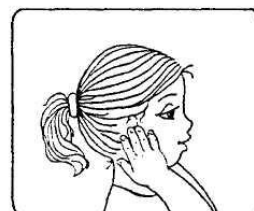


Рис. 21



Рис. 22



Рис. 23

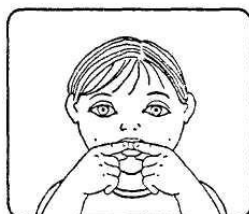


Рис. 24

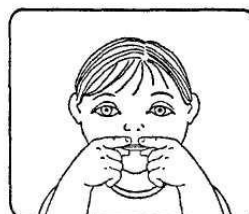


Рис. 25

1.Взявшись за мочки ушных раковин, потянуть их вниз. Взявшись за верхушки ушных раковин, потянуть их вверх. Взявшись за среднюю часть ушных раковин, потянуть их вперед, потом назад и в стороны.

2. Указательными и средними пальцами обеих рук одновременно «рисовать» круги (массажировать круговыми движениями) по контуру щек.

3. Указательными и средними пальцами рук одновременно «рисовать» круги по контуру лба и на подбородке. Движения следует выполнять двумя руками одновременно, но в противоположных направлениях.

4. Указательными и средними пальцами рук «рисовать» вокруг глаз очки (глаза в это время должны быть открыты).

5. Вдох – пауза – выдох – пауза. При вдохе губы вытягиваются «трубочкой» и с шумом «пьют» воздух. Желательно при этом представлять оранжевый или желтый шар, размещенный в животе. Шар надувается и сдувается в ритме дыхания.

6. Дыхание только через левую, а потом только через правую ноздрю (при этом для закрытия правой ноздри используется большой палец правой руки, остальные пальцы смотрят вверх; а для закрытия левой ноздри – мизинец правой руки).

Развитие взаимодействия между полушариями

Упражнения разделены по уровню сложности на четыре комплекса. Переходить к новому комплексу следует только после того, как ребенок сможет выполнять упражнения без зрительного и устного контроля.

1. Упражнение «Жаба»

Руки положить на стол или на колени. Одна рука сжата в кулак, ладонь другой руки лежит на плоскости стола или на коленях. Задание: одновременно и целенаправленно изменять положения рук.

2. Упражнение «Кольцо»

По очереди и как можно более быстро перебирать пальцами рук, соединяя их в кольцо с большим пальцем (последовательно: указательный, средний, безымянный и мизинец). Упражнение повторять в прямом порядке (от указательного пальца до

мизинца) и в обратном (от мизинца до указательного).

3. Упражнение «Гусак – курочка – петух»

Ребенку показывают три положения руки, которые последовательно сменяют друг друга:

Гусак – ладонь согнута под прямым углом. Пальцы вытянуты и притиснуты один к другому. Указательный палец полусогнутый и опирается на большой.

Курочка – ладонь немного согнута. Указательный палец опирается на большой.

Остальные накладываются один на другой в полусогнутом положении.

Петух – ладонь поднята вверх. Указательный палец опирается на большой. Остальные пальцы раскинуты в стороны и подняты вверх – это «гребешок».

4. Упражнение «Ухо – нос»

Взяться левой рукой за кончик носа, а правой – за противоположное ухо. Одновременно опустить руки и хлопнуть в ладоши. Изменить положение рук с точностью до наоборот.