

Рецензия на методическую разработку
«Нейробика – игровая технология развития интеллектуальных и
речевых возможностей у обучающихся дошкольного возраста»
педагогов МАОУ ДО МО город Краснодар
«Межшкольный эстетический центр»
Афониной Юлии Александровны и Клещевой Анастасии Евгеньевны.

В методической разработке педагогов МАОУ ДО МО город Краснодар «Межшкольный эстетический центр» Афониной Юлии Александровны и Клещевой Анастасии Евгеньевны на тему: «Нейробика – игровая технология развития интеллектуальных и речевых возможностей у обучающихся дошкольного возраста» отмечено, что проблема интеллектуального развития и речи дошкольника являются чрезвычайно актуальными в обучении. Поэтому для эффективности процесса обучения авторы ввели в свою педагогическую практику упражнения по технологии нейробики.

Авторами была поставлена цель - активизация развития интеллекта и речи у обучающихся с помощью нейробики.

Для достижения этой цели поставлены следующие задачи:

- стимулировать речевую активность обучающихся;
- развивать слухоречевое внимание обучающихся;
- развить нейродинамические процессы головного мозга, отвечающие за речь обучающегося;
- развивать познавательные процессы (внимание, память, мышление)

Методическая разработка составлена методически грамотно и состоит из нескольких частей. Во введении представлена актуальность темы, цели и задачи. Далее раскрывается очень подробно, начиная с истории, весь теоретический аспект нейробики.

В основной части представлены различные упражнения, даны методические рекомендации и особенности их использования с учётом возрастных особенностей.

Приложение содержит комплекс упражнений и конспект занятия, готовых к использованию на занятиях с обучающимися дошкольного возраста. Особенно следует заметить, что все игры просты и не требуют особой подготовки. Апробированы в практической деятельности педагогов.

Считаю, что методическая разработка актуальна и интересна по содержанию. Представленный материал может найти применение у коллег-педагогов, а также интересующихся проблемами развития межполушарных связей и интеллектуальным развитием обучающихся.

15 апреля 2025 года

Рецензент:

кандидат педагогических наук, доцент,
заведующий кафедрой общей и социальной
педагогики ФГБОУ ВО

«Кубанский государственный университет»



 О.А. Ус

Подпись О.А. Ус заверяю



секретарь ФППК Е.Ю. Руденко

**Муниципальное автономное образовательное учреждение
дополнительного образования муниципального образования
город Краснодар
«Межшкольный эстетический центр»**

Методическая разработка на тему:

**«Нейробика – игровая технология развития интеллектуальных и
речевых возможностей у обучающихся дошкольного возраста»**

Составители:

**педагоги дополнительного образования
Афони́на Ю́лия Алекса́ндровна,
Кле́щёва Анаста́сия Евге́ньевна**

Краснодар, 2025

Содержание

Введение	3
Теоретические аспекты	4
Использование нейробики в работе с обучающимися дошкольного возраста	6
Асинхронные упражнения для работы мозга	7
Классификация упражнений нейрогимнастики	8
Упражнения по нейробике, заимствованные из китайской традиции ЦИ ГУН, которая получила название «36 простукиваний».	14
Заключение	16
Приложение	18
Комплекс упражнений №1	18
Комплекс упражнений №2	19
Конспекты занятий	21
Список используемой литературы	29

Введение

Как телу нужна постоянная физическая нагрузка, так и мозг требует регулярных тренировок, чтобы мышление оставалось гибким и пластичным. Основная проблема в том, что однотипные задачи и их рутинные решения в буквальном смысле слова стопорят мозг.

Мир стремительно развивается, человечество создает что-то новое во всех сферах деятельности. Давно не секрет, что наш мозг имеет большие возможности, и если его развивать, то можно добиться больших успехов. Более 10 лет во всем мире пользуется популярностью одна из эффективных методик тренировки мозга – нейробика.

Актуальность. Проблемой у большинства обучающихся являются образовательные трудности, второе место - нарушение интеллекта, третье - нарушение речи. Нейробика – это инновационная технология, которую может применять педагог дополнительного образования на своих занятиях различных направлений. Отличием данной методики от других можно назвать то, что в ней работают все пять чувств человека. Причём функционируют они непривычным для них образом. Это помогает мозгу создавать ассоциативные связи между разными видами информации.

Основной принцип нейробики — каждый день привычную рутину разбавлять новыми впечатлениями, которые задействуют хотя бы один из органов чувств.

Основная цель - активизация развития интеллекта и речи у обучающихся с помощью нейробики.

Для достижения этой цели поставлены следующие **задачи**:

- стимулировать речевую активность обучающихся;
- развивать слухоречевое внимание обучающихся;
- развить нейродинамические процессы головного мозга, отвечающие за речь обучающегося;
- развивать познавательные процессы (внимание, память, мышление)

Регулярные зарядки помогают нашим обучающимся улучшить ряд физических навыков, в частности выполнение симметричных и асимметричных движений, соблюдение равновесия, подвижность плечевого пояса, ловкость рук и кистей. Они учатся сидеть прямо и не испытывать при этом дискомфорт, становятся более ловкими. Также такие тренировки на наших занятиях в Межшкольном Эстетическом центре позволяют усовершенствовать эмоциональные навыки, делают обучающихся менее подверженным стрессу и более общительным. Они учат их проявлять свои творческие способности в процессе игры, а затем – и в учебной деятельности.

Теоретические аспекты

Термин «нейробика» образован от двух слов – «нейрон» и «аэробика», то есть это гимнастика для мозга. Нейробика – это система упражнений, разработанных специально для стимуляции работы мозга и его активизации. Это своего рода "фитнес" для мозга, который помогает улучшить память, внимание, креативность и способности к решению проблем.

Термин «нейробика», то есть «нейрональная аэробика», впервые появился более 20 лет назад в книге «Keep your brain alive» нейробиологов Лоуренса Каца и Рубина Мэннинга. Авторы нейробики предлагают формат «перекрестной тренировки мозга», при которой мы активируем не одну его область, а сразу несколько, при этом заставляем нервные клетки разных мозговых структур выстраивать новые связи.

Когда вы сознательно делаете что-то новое, создаются еще «не проторенные» нейронные пути. В ответ нервная ткань вырабатывает естественные питательные вещества — нейротрофины. Один из важнейших нейротрофинов — мозговой нейротрофический фактор, или BDNF. Он активно выделяется в гиппокампе — зоне мозга, отвечающей за сохранения памяти.

Гиппокамп связан с другими центрами мозга с помощью специальных нейронов, отвечающих за определение места и времени и ориентацию в пространстве. «Собирая» общую картину окружающей среды, гиппокамп помогает нам понять, где мы находимся, что происходит вокруг, какие эмоции и желания у нас возникают, — и сохраняет всё это в памяти. «Топливом» для всех этих процессов как раз служит BDNF, который:

- увеличивает количество и ветвление дендритов — отростков нейронов, усиливающих связи между клетками;
- способствует нейропластичности — способности мозга перестраиваться и адаптироваться;
- усиливает передачу нервного импульса, улучшая скорость и качество мышления.

Проще говоря, по мнению авторов методики, с помощью нейробики мы можем самостоятельно «выращивать пищу для мозга». В свою очередь, нейротрофины будут поддерживать нейроны активными, готовыми выполнять новые задачи быстрее и продуктивнее.

Взаимосвязь умственного и физического развития очевидна и доказана российскими и зарубежными учеными. Научные труды Л. С. Выготского и М. М. Кольцовой свидетельствуют о первостепенной роли движения в становлении психических функций обучающихся.

Для активизации процессов физические нагрузки должны идти в паре с гармоничным психическим развитием, а оба полушария головного мозга — работать активно и слаженно.

Нейробика включает в себя различные упражнения и тренировки для каждого из пяти органов чувств: зрения, слуха, обоняния, осязания и вкуса.

Главным правилом нейробики является изменение привычного образа жизни и избавление от однообразия. Целью нейробики является создание новых нейронных связей в мозге, что способствует его лучшей работе и помогает справиться со стрессом, позволяет улучшить умственные процессы. Нейробика активизирует нервные клетки и стимулирует процесс нейрогенеза - образование новых нейронов.

Также важной частью нейробики является физическая активность. Регулярные упражнения, специально разработанные для стимуляции мозга, помогают усилить кровообращение и кислородное питание мозга, что приводит к повышению его эффективности.

По мнению ученых, нейробика может быть полезна для всех людей, независимо от возраста. Это особенно актуально в нашем быстром темпе жизни, когда у многих людей наблюдается постоянное воздействие стресса и информационного перенасыщения. В детском возрасте упражнения помогают улучшить концентрацию внимания, память и усвоение новых знаний.

Нейробика оказывает следующие положительные эффекты:

- развитие мелкой и крупной моторики;
- уменьшение утомляемости;
- развитие памяти, улучшение навыков письма, чтения;
- повышение работоспособности;
- стабилизация психофизического состояния.

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

Главный принцип нейробики — постоянно изменять простые шаблонные действия, то есть давать мозгу возможность решать привычные задачи непривычным образом, в совершении определённых действий с подключением различных органов чувств. Когда обучающийся выполняет обычные задания необычным способом, его мозг начинает активно включать в работу правое и левое полушарие и создаёт тесное взаимодействие между ними. Перед началом работы всегда выполняется традиционная гимнастика.

Многие рекомендуют начинать заниматься нейрогимнастикой с 4-5 лет. Чем раньше обучающийся начнет выполнять упражнения по нейрогимнастике, тем скорее появятся первые результаты.

Не забывайте, про возрастные особенности, упражнения для 5-7 летнего обучающегося, будут сложны для младшего возраста. Данные упражнения очень важны для успешной учебной деятельности.

Использование нейробики в работе с обучающимися дошкольного возраста

Нейробика – это комплекс упражнений, которые помогают мозгу развиваться. Нам бы хотелось, чтобы все обучающиеся развивались по возрасту, рано заговорили, читали стихи, быстро всему учились, были послушными и так далее. Но, к сожалению, не все обучающиеся «вписываются» в общую схему развития, у каждого свое время.

Всё чаще в нашей работе мы сталкиваемся с задержками в развитии обучающихся. И самая частая – это задержка речевого развития. Многие ошибочно полагают, что если нет речи, то и нужно прицельно развивать речь. Дело в том, что речь – это верхушка айсберга, это сложная интегративная функция мозга, которая сигнализирует нам о проблемах в нервной системе.

С момента рождения у ребенка идёт активное созревание сенсорных систем (зрение, слух, обоняние, осязание, вкус). Чтобы они правильно «работали» необходимо, чтобы мозг качественно перерабатывал миллион ощущений, которые ежесекундно поступают в него. А поступают они не только от глаз и ушей, но и от всего тела. Природой придумано, что для развития обучающийся должен много двигаться и осваивать новые физические навыки. У маленького ребёнка ещё не сформировано абстрактное мышление, поэтому единственный способ познания окружающего мира — это перемещение своего тела в пространстве.

Обучающиеся используют любую двигательную активность, которая создаёт «кирпичики» для более зрелых и сложных этапов развития. Говорят, что они познают мир через движение. Каждое новое движение, которое с возрастом усложняется и становится двигательным навыком, образует в мозге нейронные связи. И чем больше движений, тем больше связей. Чем больше нейронных связей, тем выше способность к обучению.

Интеллект – это и есть нейронные связи. Поэтому первые 7 лет жизни называют периодом сенсомоторного развития. Речь развивается через движение, а точнее, вслед за ним. Сначала малыш учится движениям, а уже потом начинает говорить. Нельзя перепрыгнуть фундаментальные этапы развития и ждать, когда кроха начнёт болтать.

Обучающийся сначала должен «оттачивать» крупную моторику, которая поможет сформироваться более мелким и дифференцированным движениям артикуляционного аппарата. В обратном порядке развития не бывает. Вот почему «неговорящие» обучающиеся чаще имеют проблемы с координацией, равновесием и ловкостью.

Для поддержания высокой работоспособности мозга необходимо заниматься нейробикой. Это просто — нужно сделать так, чтобы в процессе привычной деятельности были задействованы органы чувств. Обучающимся она помогает лучше концентрироваться и усваивать новые знания, совершенствовать речь, эффективно развивать интеллектуальные и

творческие способности. А также снять стресс, нервное напряжение; оптимизировать собственные резервы ребенка.

Наши нервы – автострада с двусторонним движением. Так, наше тело сообщает мозгу не меньше информации, чем наш мозг – телу. Ученые пришли к выводу: для того чтобы интеллект функционировал продуктивнее, в процессе работы или учебы нужно подключать свое тело. В особенности разбудить те части тела, которые менее активны в повседневной жизни.

Например:

1. Меняем ведущую руку. Пусть обучающийся попробует для начала почистить зубы и причесаться левой (правой для левшей) рукой. Возможно такое занятие покажется ему забавным. С помощью подобной манипуляции мы задействуем в работе другое полушарие мозга.
2. Выбираем другой маршрут до привычных мест. Сначала вы ведете, но обращая внимание на детали маршрута, достопримечательности, яркие элементы, а на обратном пути ребенок пробует указать куда идти. Можно преподнести это в игровой форме, например, «Казачьи разбойники» или как мальчик-с-пальчик искал дорогу домой.
3. Каждый день наши обучающиеся узнают что-то новое. Сначала это может быть алфавит, цифры, потом уже более сложные задачи, изучение иностранного языка и другое.
4. Спрашиваем каждый день о самых ярких событиях за день – это повысит его наблюдательность.
5. Меняем распорядок дня, обычный ход вещей. Например, придумываем другой формат обучения, выполнения заданий, приобщаем к домашним делам и так далее.
6. Делаем с обучающимися что-нибудь своими руками. Полет фантазии не ограничен, принимаем его идею, что он захочет смастерить.

Смысл упражнений лишь в том, чтобы разнообразить повседневную деятельность, не надо делать что-то специально, вносим новшества в рутинные занятия. И результат не заставляет себя ждать.

Асинхронные упражнения для работы мозга

Главное, делать асинхронные упражнения четко и качественно.

Разогреваем интеллектуальную мышцу.

Вверху – кулак, внизу – ладонь.

Вот так это и работает. Следите за руками, кулак всегда вверху. А теперь меняйте руки в быстром темпе. Контролируйте свои руки. Не расстраивайтесь, если сразу не вышло. Главное – не сдаваться, и тогда обязательно будет результат.

1. Упражнение «Нос-ухо» (Правой рукой держим ухо, а левой рукой нос.)

2. Упражнение «Колечки» (Перебираем пальцы на руках одновременно.)

3. Упражнение «Коза - уши» (Правой рукой показываем козу, а левой рукой уши.)

4. Упражнение «Гриб-поляна» (Правая рука поднята вверх и зажат кулак, а левой рукой придерживаем на ладони правую руку.)

5. «Разбудим ушки» отлично бодрит и воздействует на активные точки массаж ушей. Нужно их мять обеими ручками, а также загибать вперед и разгибать.

6. Кинезиологическая часть «Уши-нос». Одной рукой берем себя за мочку уха, второй – за кончик носа. Чередуем, добиваясь максимальной скорости. То же самое пытаемся делать с хлопком между сменой рук.

7. «Физкультурная ходьба». Шаг на месте, с перекрестным соприкосновением колена и противоположного локтя.

8. «Я – красивый». Ладонки устанавливаем так у лица, чтобы большие пальцы упирались в подбородок, а остальные пальцы в сомкнутом состоянии находились на щеках. Одновременно обеими ручками с небольшим нажимом гладим щеки от носа к ушам.

9. «Я – хороший». Одна ручка гладит макушку круговыми движениями, а вторая – животик, затем меняем руки.

10. «Художник». Сесть на пол, руками упереться в пол позади себя, оторвать прямые ножки от пола и нарисовать обеими ножками синхронно круг в воздухе.

11. «Крабик». Растопыриваем пальчики «крабиком» твердо и начинаем одновременно двумя ручками массировать голову круговыми движениями.

12. «Незнайка». Пожимаем плечами, как будто чего-то не знаем. То правым плечом, то левым, то одновременно обоими.

13. «Отдохнем». Лежа на полу, поднимаем руки и ноги и синхронно трясем ими в воздухе. По команде «Замри» – полностью расслабляемся.

Такие тренировки при грамотном подходе стимулируют мышление, память, умение думать, но и улучшат настроение, подарят уверенность в себе, зарядят обучающихся энергией.

Классификация упражнений нейрогимнастики

Нейрогимнастика включает 4 группы упражнений,

1. Пересекающие среднюю линию тела

Направлены на одновременную работу двух рук, ног, глаз, то есть на интеграцию деятельности сразу двух полушарий. Улучшение координации движений, навыков чтения, письма. При постоянных занятиях обучающийся развивает навык пространственного ориентирования.

Пример таких игр:

Упражнения для развития мелкой моторики

«Кулак – ребро – ладонь».

Обучающемуся показываем три положения руки, последовательно сменяющих друг друга: ладонь, сжатая в кулак, ладонь ребром, распрямленная ладонь. Обучающиеся выполняют движение вместе с нами, затем по памяти в течение 8-10 повторений. Упражнение выполняется сначала правой рукой, потом – левой, затем – двумя руками.

«Начинаем рисовать»

Обеими руками в воздухе рисуем фигуры, которые проговариваем в стихе.

*Мы восьмерки рисовали,
А они у нас упали.
Нарисуем мы волну,
Очень длинную струну,
Нарисуем мы зигзаг,
Нарисуем так и так.*

«Начинаем рисовать усложненный вариант»

Начало упражнения такое же, как и в предыдущем, но добавляем фигуры:

*Мы восьмерки рисовали,
А они у нас упали.
Нарисуем мы волну,
Очень длинную струну,
Нарисуем мы зигзаг,
Нарисуем так и так.*

*Треугольники, квадрат,
Несколько кругов подряд,
А еще добавим точки,
Крестики, нули, крючочки,
В воду кисти окунем
и немного отдохнем.*

«Перекрестное марширование»

Любим мы маршировать,
Руки, ноги поднимать.

Шагаем, высоко поднимая колени попеременно касаясь правой и левой рукой по противоположной ноге. Делаем 6 пар движений. Затем, шагаем касаясь рукой одноименного колена. Делаем 6 пар движений. Заканчиваем касаниями по противоположной ноге.

Упражнение «Капитан»

Обучающиеся его очень любят и делают с удовольствием. Одной рукой отдаем честь, поднося ее ко лбу внутренним ребром ладони, как бы прикрываясь от солнца. Другой рукой показываем «лайк», все пальцы собраны в кулак кроме большого, который оттопырен вертикально вверх.

Руку можно держать перед грудью согнутой в локте, но веселее – выпрямить, вытягивая вперед. Меняем руки. Ускоряем темп.

«Лягушка»

Положить руки на стол. Одна рука сжата в кулак, другая лежит на плоскости стола (ладошка). Одновременно и однонаправленно менять положение рук.

«Ухо – нос»

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

«Блинчики»

Попеременно меняем руки: правая ладонью вниз перевёрнута к столу, левая ладонью вверх, попеременно по сигналу меняем положение ладоней (как бы переворачиваем блинчики).

Упражнение «Гриб-Полянка»

Одна рука символизирует гриб: располагаем предплечье вертикально вверх, кисть собрана в кулак. Гриб стоит на полянке. Полянку делаем из второй руки горизонтально расположенной под первой выпрямленной ровной ладонью вниз, как за партой. Затем пеняем руки. Увеличиваем темп.

Его так же делаем в ритм стиха:

*Под осиной, у ворот
Подосиновик растёт.
И горит-горит на нем
Шапка красная огнем.*

Упражнение «Голуби летели»

Руками делаем волнообразные движения, имитируя движение крыльев птиц. Затем сгибаем руки в локтях, приближая кисти к плечам, касаясь их пальцами. Потом перекрещиваем руки, прикладывая ладони к противоположным плечам. И поднимаем руки вверх. Затем повторяем тоже упражнение, но руки ставим на пояс, потом на бедра.

*Голуби летели,
На плечики сели,
Местами поменялись,
В небо поднялись.*

*Голуби летели,
И на пояс сели,
Местами поменялись,
В небо поднялись.*

*Голуби летели,
На коленки сели,
Местами поменялись,
В небо поднялись.*

Упражнение «Дом-ёжик-замок»

Обучающемуся показываем три положения рук, последовательно сменяющих друг друга:

- а) соединить концевые фаланги выпрямленных пальцев рук. Пальцами правой руки с усилием нажимать на пальцы левой, затем - наоборот, отработать эти движения для каждой пары пальцев отдельно;
- б) поставить ладони под углом друг к другу, расположить пальцы одной руки между пальцами другой;
- в) ладони прижать друг к другу, пальцы переплести.

Упражнение «Лиса и Заяц»

На одной руке складываем пальцы в «Лису». Большой, средний и безымянный пальцы прижаты к ладони, указательный и мизинец выпрямлены и направлены вверх. Другая рука в знаке «виктория». Указательный и средний пальцы вверх, остальные прижаты к ладони. Поочередно меняем руки.

2. Энергетические упражнения

Направлены на обеспечение определенной скорости нервных процессов. Улучшают эмоции и саморегуляцию. Регулярные тренировки помогают нашим обучающимся улучшить мышление, способствует повышению скорости осознанного чтения, улучшают внимание.

Пример таких упражнений:

Дыхательные упражнения, которые улучшают ритмику организма, развивают самоконтроль и произвольность

«Шея – подбородок»

Опусти и головой покрути. (Поворачивайте голову медленно из стороны в сторону, дышите свободно. Подбородок должен быть опущен как можно ниже. Расслабьте плечи. Поворачивайте голову из стороны в сторону при поднятых плечах с открытыми глазами).

«Глазки»

Нужно глазки открывать, чудо чтоб не прозевать. (Широко открывать и закрывать глаза с интервалом в 30 секунд.) «Глазки». Глазки влево, глазки вправо, вверх и вниз и все сначала. (Опустить глаза. Повернуть глаза в правую сторону, затем в левую.) «Глазки». Быстро, быстро поморгай – отдых глазкам потом дай. (Быстро моргать в течении 1 – 2 минут.)

«Задуть свечу»

Обучающийся представляет, что перед ним стоит 5 свечек. Ему нужно задуть сначала большой струей воздуха одну свечу, затем этот же объем воздуха распределить на 5 равных частей, чтобы задуть все.

«Качание головой»

Исходное положение: сидя или стоя расправить плечи, голову опустить вперед и закрыть глаза. Затем обучающийся начинает покачивать головой в разные стороны и глубоко, как только может, дышать.

«Дыхание носом»

Упражнение заключается в том, что обучающиеся дышат только одной ноздрей. При этом важно правильно располагать пальцы рук: правая ноздря

закрывается правым большим пальцем, левая - мизинцем левой руки. Остальные пальцы всегда направлены вверх. Важно глубоко и неторопливо дышать.

«Пловец»

Обучающийся стоя делают глубокий вдох, закрывают нос пальцами и приседают. В таком положении они мысленно считают до 5, затем встают и выпускают воздух. Упражнение напоминает действия ныряющего пловца.

«Надуй шарик»

Исходное положение - лежа на спине. Обучающиеся расслабляют мышцы живота, вдох, надувая в животе воображаемый шарик, например, красного цвета (цвета необходимо менять). Пауза - задержка дыхания. Выдох - втянуть живот как можно сильнее. Пауза - вдох, при этом губы вытягиваются трубочкой и с шумом «пьют» воздух.

3.Растягивающие упражнения (психогимнастика)

Помогают избавиться от мышечного напряжения и расслабить сухожилия. Снимают стресс. Способствуют улучшению внимания, концентрации, полезны для письменной работы.

«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 так далее. В конце упражнения обучающийся 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.

«Кошечка»

Исходное положение: стоя на четвереньках. Имитировать потягивание кошки: на вдохе прогибать спину, поднимая голову вверх, на выдохе выгибать спину, опуская голову. Выполняется 6—8 раз.

Упражнение «Слепые шаги»

Обучающийся с завязанными глазами стоит спиной. Инструкция: «Если я дотронуся до головы, сделай шаг вперед, если дотронуся до правого плеча – шаг вправо, если до левого плеча – шаг влево, если дотронуся до спины – сделай шаг назад». Данное упражнение отлично развивает быстроту реакции, ловкость, умение ориентироваться в пространстве, опираясь на слух.

Упражнение «Слон»

Это упражнение поможет улучшить гибкость шеи, слух, стимулирует одновременную работу обоих полушарий. Выполняется так: нужно встать,

слегка согнув ноги в коленях; одну руку вытянуть вперед, голова кладется на плечо этой руки, глаза смотрят вдаль; теперь необходимо совершать вращательные движения верхней частью тела таким образом, будто обучающийся желает нарисовать «ленивую восьмерку» от центра; затем упражнение повторяется с другой рукой в другую сторону. Если ему сложно, то в первое время можно визуализировать образ восьмерки, нарисовав ее в натуральную величину на ватмане и поместив на стене.

4.Повышающие позитивное отношение (эмоциональный настрой)

Направлены на стабилизацию нервных процессов. Позволяют в стрессовой ситуации сохранять спокойствие. Перед важными событиями (публичными выступлениями, контрольными) обучающийся перестанет нервничать, его память и внимание будут активны.

Упражнение «Позитивные точки»

Упражнение помогает обучающимся избежать ситуации «Учил, знаю ответ, но не могу вспомнить». Можно выполнять стоя или сидя. Суть упражнения в том, чтобы положить указательный и средний пальцы обеих рук на точки «На лоб, между линией бровей и волос» Массирующими движениями нажимать на точки до появления тепла и пульсации. При этом представлять что - то хорошее. Другой вариант помассировать уши.

Упражнение «Энергизатор»

Повышает концентрацию внимания, улучшает восприятие новой информации и творческих способностей, снимают стресс статической позы. Выполнять сидя за столом. Положить руки на стол, так чтобы пальцы смотрели друг на друга и опустить голову лбом на стол. На вдохе медленно поднимаем лоб, голову, шею и верхнюю часть спины. Грудь и плечи развёрнуты. Подняв голову сделать несколько круговых движений головой от плеча к плечу. Затем опустить голову на стол. Повторить 3 раза.

Таковы некоторые наиболее эффективные упражнения гимнастики для мозга, которые можно выполнять вместе с дошкольниками. Такие тренировки при грамотном подходе родителей не только будут полезными для стимулирования мышления, памяти, умения думать, но и улучшат настроение, подарят уверенность в себе, зарядят малыша энергией.

Ещё раз отмечаем пользу упражнений нейрогимнастики:

Польза в следующем:

- стимулирует развитие памяти и мыслительной деятельности; снижает утомляемость;
- улучшает моторику, как мелкую, так и крупную;
- благоприятно сказывается на процессе письма и чтения;
- повышает продуктивную работоспособность;
- формирует уверенность в себе при публичных выступлениях, что непременно потребуется в школе.

Упражнения по нейробиике, заимствованные из китайской традиции ЦИ ГУН, которая получила название «36 простукиваний».

Через пальцы рук, как считает эта китайская теория, проходят многие энергетические меридианы. Каждый палец, зона кисти отвечает за определённый орган или систему органов, которые прямо или косвенно связаны с мозгом.

Большой палец – меридиан лёгкого.

Указательный палец – меридиан толстого кишечника.

Средний палец – меридиан перикарда (сердца).

Безымянный палец – «тройной обогреватель», ответственный за три области: нижняя часть живота, область диафрагмы, верхняя часть лёгких.

Мизинец – сердце и толстый кишечник.

Каждое упражнение – «жемчужина» активизирует, снимает воспаление (застой крови и энергии), усталость с определённого органа или системы органов. Таких упражнений существует огромная масса. Я лишь познакомлю Вас с немногими из них. Надо сказать, что подобные приёмы и упражнения стоит собирать, записывать, придумывать свои и составлять свою копилку. В работе с ребятами и для себя пригодится.

Для обучающихся мы берём по 10 (можно 9). Это доступно уже с 4 – 5 года жизни. Мы придумали и используем «детские» названия по аналогии. Отмечу, что важно знать и понимать смысл каждого воздействия.

Подготовительная часть:

1. **«ПЕЧКА»** - растираем ладони до ощущения жара.
2. **«ВЕНИЧКИ» (смахивания)** – Правую руку сгибаем в локте и делаем три резких смахивающих движения от локтя к пальцам, растираем предплечье. Руку вытягиваем вперёд и также три раза смахиваем от сгиба внутренней части локтя к пальцам и растираем внутреннюю сторону руки.
3. Так же поступаем с левой рукой.
4. **«МОЛОТОЧКИ»** - Соединяем запястья рук перед собой и простукиваем подушечки пальцев. Простукивания должны быть чувствительны!
5. **«5 ВИНТИКОВ»** - Левой рукой «прокручиваем» или вкруговую растираем пальцы правой руки, начиная с большого, по 5 раз каждый. Правой рукой растираем аналогично пальцы левой руки.
6. **«СРЫВАЕМ ЛЕПЕСТКИ»** - Левой рукой, схватив каждый палец правой руки, как бы «отрываем» его от кисти, начиная с большого пальца по 3 раза. Аналогично поступаем с пальцами левой руки.
7. **«БРЫЗГИ»** - Встряхиваем ладошками, снимаем напряжение с мышц.

Основная часть:

1. **«БАРАШКИ» (или «глаз тигра»)** – Пальцы сжаты в кулак. Простукивание кулаков со стороны больших пальцев.
Активизация органов лицевого черепа, глаз, носа, гайморовых пазух, зубов; снятие головной боли, воспалительных процессов носоглотки.

2. **«ШТОРОЧКИ»** - Стучим рёбрами ладоней со стороны мизинцев (ладони к себе).
Повышение общей сопротивляемости организма; расслабление мышц спины, шеи, затылка, области темени, макушки; омоложение всей костной ткани.
3. **«ПУЗИКИ»** - Простукиваем основания ладоней.
Идёт активизация меридиана перикарда; с области сердца снимается напряжение; профилактика заболеваний сердца.
4. **«УГОЛКИ» («Пасть дракона»)** – Перекрёстное простукивание ладоней с отведёнными большими пальцами со сменой положения «уголков».
Активизация кровоснабжения кистей рук и стоп; устранение онемения; активизация лёгких и кишечника, точки «очистки» ХУ ГЕЙ.
5. **«РЕШЁТКА»** - Простукивание оснований и боковых поверхностей пальцев.
Можно делать с усложнением.
Гармонизация работы мозга; устранение аллергии; снижает давление; имеет висцеральный, энергетический эффект.
6. **«БАРАБАН»** - Кулаком левой руки бьём в центр правой собранной жёсткой ладони.
7. То же самое для левой ладони.
Активизация меридиана сердца; снятие утомления, усталости, сонливости; повышение уровня энергии ЦИ.
8. **«БЛИНЧИКИ»** - Простукивание тыльными сторонами ладоней.
Активизация всех внутренних органов; профилактика сахарного диабета; стабилизация спины, шеи, ягодичных мышц, задней части икроножных мышц, мышц рук. ! Сперва правой по левой. Затем меняем руки.
9. **«БРЫЗГИ»** - Стрясти ладони.
10. **«ПРЯТКИ 1»** - Мягко положить основания ладоней на глаза и делать по 6 вращений глазными яблоками в одну, а затем в другую сторону.
11. **«ПРЯТКИ 2»** - Основания ладоней кладём на глаза, легко надавливаем и отпускаем. 30 раз.
12. **«ВИЛОЧКИ»** - Раздвинув указательные и средние пальцы, растираем области перед ухом и за ухом с лёгким смещением мягких тканей. Снятие напряжения (спазма) с боковых шейных артерий, питающих мозг.
13. **«ПРИЩЕПОЧКИ»** - Разминаем ушные раковины сверху вниз и снизу вверх. 3 раза. Активизация всех систем организма.
14. **«ВОЛШЕБНЫЕ ДОРОЖКИ» («ЛИНИЯ УМА»)** – Выполняется одновременно 2 руками, сложенными в кулак, с отведёнными в стороны большими пальцами. Подушечки больших пальцев движутся по нижнему краю черепной коробки от уха к шейным позвонкам, затрагивая точку ФЕН ФУ над 2 шейным позвонком. 30 раз.
Снятие спазма мелких мышц, удерживающих черепную коробку у 1-2 позвонков; нормализация кровотока мозга.
15. **«ШЛЕМ КОСМОНАВТА»** - Простукивание головы подушечками пальцев ото лба к затылку 2 руками и плюс лёгкое растирание.

«Разминание» коры головного мозга; улучшение циркуляции крови; поддержание нормального внутричерепного давления.

Заключительная часть:

1. **«ПЫХТЕЛКА»** - Подушечки пальцев соединены на уровне солнечного сплетения. Делаем надавливание на них при резком выдохе с поджатием брюшины (диафрагмальное или «дыхание животом»)

Массаж всех внутренних органов; снятие спазма с желчного пузыря и желчного протока.

2. **«ГРЕЛКИ»** - Кладём ладони на область почек. Делаем вдох и выдох «через» ладони. 3 раза.

3. **«РАССЛАБЛЕНИЕ»** - Расслабляемся и обязательно благодарим за здоровье. Энергия благодарности исцеляет многое!

Упражнения выполняем весело, с улыбкой на лице, что обеспечивает физическое и эмоциональное здоровье для обучающихся.

Таким образом, основная задача нас, как педагогов, воспитывать осознанного человека, который способен взять вопрос сохранения своего здоровья, качества работы мозга, энергии в свои руки.

Заключение

Нейробика помогает организовать умственную зарядку таким образом, чтобы максимизировать когнитивные способности обучающегося, что, в свою очередь, благоприятно сказалось на более полном усвоении знаний.

Основная наша цель применения нейробики в работе с обучающимися дошкольного возраста — это активизация интеллекта и развитие речи через выполнение определённых физических движений. Используя на занятиях «нейробика», мы создали естественную развивающую среду, которая способствовала развитию когнитивных способностей и жизнестойкости личности наших обучающихся.

Практика внедрения Нейробики показала, что результатом освоения является для обучающихся достаточным в поддержании собственного физического, интеллектуального и эмоционального состояния. Упражнения мы использовали в комплексных программах и эффект довольно ощутим.

В процессе выполнения упражнений развивалась сила рук, их ловкость, переключаемость с одного вида движений на другой, также внимание, глазомер, зрительная память, усидчивость, фантазия, образное мышление. Используя игры, упражнения данной технологии у обучающихся улучшилась познавательная сфера, повысилась концентрация внимания.

Нейробика снижает утомляемость обучающихся, а способность контролировать себя, напротив, становится выше. Любая двигательная активность будет стимулировать развитие мозга, но особенно если это координированные движения. Мозг необходимо поддерживать в «рабочем состоянии», не давать ему «уснуть». При занятиях нейробикой, как и любыми другими упражнениями, необходима умеренность. Не нужно стремиться к тому, чтобы любой свой шаг сделать нейробическим. Вполне

хватит нескольких упражнений в день. Итак, день за днем, и результат в скором времени даст о себе знать.

Приложение

Комплекс упражнений №1

Лезгинка.

Левую руку сложите в кулак, большой палец отставьте в сторону, кулак разверните пальцами к себе. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикоснитесь к мизинцу левой. После этого одновременно смените положение правой и левой рук. Повторить 6-8 раз.

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.

Надуй шарик

Исходное положение - лежа на спине. Детям расслабить мышцы живота, начать вдох, надувая в животе воображаемый шарик, например, красного цвета (цвета необходимо менять). Пауза - задержка дыхания. Выдох - втянуть живот как можно сильнее. Пауза - вдох, при этом губы вытягиваются трубочкой и с шумом «пьют» воздух. 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.

Глаз – путешественник

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

Релаксация Ковер-самолет

Исходное положение - лежа на спине, глаза закрыть, при этом играет. Мы ложимся на волшебный ковер-самолет. Он плавно и медленно поднимается, несет нас по небу, тихонечко покачивает. Ветерок нежно обдувает усталые тела, все отдыхают... Далеко внизу проплывают дома, поля, леса, реки и озера... Постепенно ковер-самолет начинает снижение и приземляется в нашей группе (пауза)... Потягиваемся, делаем глубокий вдох и выдох, открываем глаза, медленно и аккуратно садимся

Комплекс упражнений №2

Задержка дыхания.

Сделайте глубокий вдох и задержите дыхание так долго, насколько это возможно. Можно ввести элемент соревнования в группе.

Тренажер для глазодвигательной гимнастики.

Следите глазами по контуру воображаемой фигуры (круг, треугольник, квадрат).

Гримаса обезьяны.

Делайте движения челюстью в разных направлениях.

Уши слона.

Самомассаж ушных раковин: зажмите мочку уха большим и указательным пальцами, разминайте раковину снизу-вверх и обратно. Потяните ушные раковины вниз, в сторону и вверх.

Велосипед. Упражнения в парах: встаньте напротив друг друга, коснитесь ладонями ладоней партнера. Совершайте движения, аналогичные велосипеду.

Ползущий карандаш.

Удерживая карандаш между пальцами, ослабить зажим настолько, чтобы карандаш медленно сполз вниз.

Обезьяна хватает персик.

С силой сжимать в руке шар, который располагается прямо в середине ладони.

Комплекс упражнений № 3

Массаж ушных раковин.

Помассируйте мочки ушей, затем всю ушную раковину. В конце упражнения разотрите уши руками.

Перекрестные шаги.

Выполняйте перекрестные координированные движения одновременно правой рукой и левой ногой (вперед, в сторону, назад). Затем сделайте то же левой рукой и правой ногой.

Качание головой.

Дышите глубоко. Расправьте плечи, закройте глаза, опустите голову вперед и медленно раскачивайте головой из стороны в сторону.

Качаем карандаш.

Упираясь концами карандаша в центр ладоней, вращать кисти рук перпендикулярно карандашу, стараясь не уронить его. Медленно поднимать руки над головой и опускать их вниз, продолжая удерживать карандаш (2 -3 раза).

Потряхивание.

Зажать мяч в руке и производить максимально свободные движения в лучезапястном суставе.

Зубки.

Исходное положение – закрыть глаза, массировать зоны соединения верхних и нижних коренных зубов указательными и средними пальцами одновременно справа и слева. Затем сделать расслабляющий звук зевоты.

Конспект занятия на тему: «Морское путешествие».

1. Пояснительная записка к занятию.

Направленность: социально-гуманитарная

Характеристика группы: возрастная категория – 6 лет.

Тема занятия: «Морское путешествие».

Форма занятия: учебно-практическое занятие.

Актуальность: преодоление нарушений речевого развития является необходимым условием готовности обучающихся к переходу на новый этап развития.

Новизна: Нейробика – здоровьесберегающая технология.

Для работы с дошкольниками на занятиях мы стали применять Нейробика, отметив ее для себя как инновационную здоровьесберегающую технологию. Кратко ее можно назвать зарядкой для мозга, которая укрепляет состояние нервной системы, синхронизирует работу обоих полушарий головного мозга. Способствует развитию двигательной сферы, внимания, памяти, речи, мышления и самоконтроля.

Нейробика помогает организовать гимнастику ума таким образом, чтобы максимально задействовать когнитивные способности ребенка, что, в свою очередь, способствует более полному усвоению знаний и особенно произвольности действий.

Произвольная деятельность – это способность обучающегося самостоятельно управлять своим поведением. Когда у обучающегося есть произвольность, тогда он сможет быть более внимательным на занятиях, у него лучше будут развиваться и внимание, и память, и речь, улучшится поведение. Произвольная деятельность формируется у обучающихся на протяжении всего дошкольного возраста.

Именно Нейробика и нейропсихологические упражнения очень помогают обучающимся на этом длинном пути. Каждое упражнение выполняется в виде игры и рассчитано на то, чтобы вызвать интерес.

Цели занятия:

- формирование умения правильно произносить звук Р в словах и в предложениях;
- активизация умственной деятельности детей дошкольного возраста;
- синхронизация межполушарного взаимодействия мозга;
- саморегуляция с помощью нейропсихологических упражнений.

Задачи:

обучающие

- упражнять в правильном произнесении звука Р в словах, в словосочетаниях, в предложениях;
- образовывать существительные с помощью уменьшительно-ласкательных суффиксов;
- согласовывать числительные с существительными в роде, числе и падеже;
- обучить правильно, подбирать прилагательные-антонимы;
- пополнять и актуализировать словарный запас по морской тематике;

развивающие

- развивать общую, артикуляционную и мелкую моторику;
- упражнять в формировании правильной дыхательной струи;
- развивать грамматические навыки (умение выстраивать слова в предложении в правильном порядке)
- закрепить навык детей отвечать на вопросы полным предложением;
- развивать зрительное, тактильное, слуховое восприятие;
- развивать внимание, мышление;

воспитательные

- воспитывать активность, любознательность. Формировать положительную мотивацию к обучению. Уметь выслушивать товарища, не перебивая.

Оборудование: головные уборы матросов, тельняшки, морские ракушки, корабль, аудиозапись «Шум моря», контейнер с водой, контейнер с сыпучим материалом (кукуруза), деревянные позы рук, поднос, рукописи пирата, камни, водоросли, рыбы, морская звезда, письмо Нептуна, сундук с сокровищами (шоколадные монеты, ракушки, камни)

Виды деятельности: игровая, двигательная, коммуникативная, познавательно-исследовательская, актерская, исполнительская.

Формы организации: групповая.

Методы и приёмы: словесный (рассказ, беседа), наглядный (показ движений, демонстрация чего-либо), практический, психологический контакт детей.

Используемые технологии: развивающего обучения, группового обучения, интегрированного обучения, информационно-коммуникационная, формирования критического мышления, уровневой дифференциации, проектная, здоровьесберегающая, модульная, педагогика сотрудничества.

Ход занятия**I. Организационный этап.**

Кабинет подготовлен к открытому занятию, оснащен всем необходимым по теме занятия.

Входят обучающиеся. Приветствие. Садятся за столы.

II. Душевное начало.

Там лес и дол видений полны;
Там о заре прихлынут волны
На брег песчаный и пустой,
И тридцать витязей прекрасных
Чредой из вод выходят ясных,
И с ними дядька их морской;

III. Подготовительный этап.

Педагог: это отрывок из поэмы А.С.Пушкина «Руслан и Людмила»
и тема нашего занятия «Морское путешествие»

Сегодня нас ждёт необычное путешествие! Послушайте, эти звуки (фонограмма звуков моря). Это звуки моря. Если наше путешествие связано с морем, значит оно какое? (морское)

IV. Практический этап.

Давайте прогуляемся по морскому берегу!

Смотрите, ракушки! Давайте соберем их.

(Ракушки с заданиями по артикуляционной гимнастике)

У нас ракушки непростые, все они с заданиями, какое упражнение для языка нужно сделать.

Обучающиеся берут по одной ракушки, смотрят названия артикуляционного упражнения и выполняют его.

Артикуляционная гимнастика.

- лошадка
- качели
- маляр
- грибок
- гармошка
- барабан.

Ребята, а на чём же мы будем путешествовать? Отгадайте **загадку**:

По морю большой плывёт,

Капитан его ведёт. Это...(корабль)

Правильно, ребята.

Капитан управляет кораблём, ну а кто же помогает капитану? (матросы).

Чтобы стать настоящими матросом нужно очень много уметь и знать, и правильно произносить в словах и в предложениях звук Р. Согласны?

Сейчас мы наденем тельняшки, сделаем кораблики, на которых и поплывем в морское путешествие.

Теперь у нас есть морской транспорт. Если вы сейчас назовете мне водный транспорт, то получите головные уборы настоящих матросов.

Дети отвечают (корабль, катер, пароход, катамаран, лайнер, крейсер)

Молодцы ребята, а как называется головной убор матросов? (бескозырка)-вручение бескозырок.

У нас с вами есть послание от настоящих матросов. Это настоящий морской шифр.

Нейроупражнение для синхронизации межполушарного взаимодействия мозга. (см. приложение 1)

Дыхательная гимнастика. (обучающиеся дуют на кораблики)

Когда море спокойное и дует легкий ветерок – это бриз. (дуем как будто бриз)

Если поднялся сильный ветер – это шторм. (дуем сильней)

Один корабль пошел ко дну- **полундра!**

Проговаривание в словосочетаниях.

- Шторм закончился. Посмотрите, сколько всего волной вынесло на берег: морские камешки, красивые рыбки, ракушки, водоросли.

Давайте посчитаем сколько красивых рыб, морских ракушек выбросило на берег:

Одна красивая рыба, две красивые рыбы, три красивые рыбы и так далее.

Одна морская ракушка, две морские ракушки, три морские ракушки и так далее.

Развитие мелкой моторики.

Мы приплыли на необитаемый остров. (в контейнере с сыпучим материалом (кукуруза) находим пиратские знаки (деревянные позы рук), на подносе - пиратские рукописи)

Посмотрите, нас здесь ждет пират, он подготовил для нас необычное задание. Мы должны расшифровать с вами пиратские знаки. (по очереди достают из контейнера деревянные позы рук и вместе с гостями повторяют движения).

Ребята, какие внимательные у вас глазки, поэтому следующее задание вы выполните без труда.

Развитие грамматических навыков.

А еще, пират приготовил для нас пиратские рукописи (на подносе - пиратские рукописи), давайте их расшифруем. (берут по одной рукописи, разворачивают, педагог читает.)

Посмотрите, сколько ошибок в предложениях, наверно это писал не грамотный пират. Давайте исправим ошибки.

- Рыба поймала рыбака.
- Море живёт в крабе.
- Паруса развернули матросов.
- Море плывёт по кораблю.
- Штурвал поворачивает матрос.
- Водоросли запутались в крабах.

Умение подбирать прилагательные –антонимы.

Как вы думаете, какой пират это написал?

Этот пират не злой, а ... (добрый).

Не молодой, а ... (старый).

Не сердитый, а ... (радостный).

Не плохой, а ... (хороший).

Не глупый, а ... (мудрый).

Всем нужны витамины. Мы знаем, что много витаминов находится в овощах и фруктах. Сейчас мы проверим, как хорошо вы знаете овощи и фрукты.

Нейроупражнение для активизации умственной деятельности.

(см. Приложение 3)

Умение образовывать существительные с помощью уменьшительно-ласкательных суффиксов

Наш пират оказался очень добрым и всех называл ласково.

Рыба – рыбка

Краб – крабик

Ракушка – ракушечка

Остров – островок

Корабль – кораблик

Катер- катерок

Физкультминутка.

Наш пират любит играть в морскую игру:

«Море волнуется раз ...»

Море волнуется –раз! (шагаем на месте)

Море волнуется –два! (наклоны туловища влево-вправо)

Море волнуется три! (повороты туловища влево-вправо)

Морская фигура – замри! (присели и сделали фигуру, гости должны угадать.)

V. Заключительный этап.

Вот и подошло к концу наше морское путешествие! Вы показали себя, ребята, настоящими матросами! Справились со всеми заданиями! Какой звук мы с вами сегодня повторяли и закрепляли? (отвечают Р)

И я надеюсь, что вы всегда будете правильно произносить звук Р в словах и в предложениях! Вам понравилось? Желаю вам красивой и правильной речи!!!

Во время нашего путешествия за нами наблюдал морской царь Нептун.

Я великий царь морей!

Я нашел себе друзей!

Вы с заданиями справились.

Очень вы царю понравились!

За ответы, без каприз,

Вам со дна морского приз!

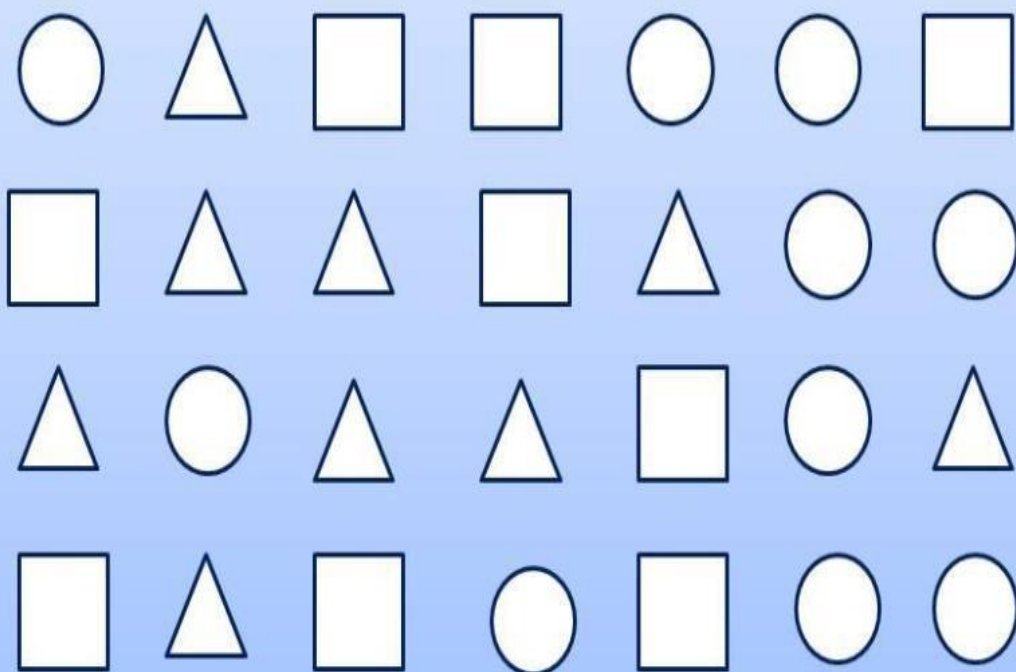
Педагог достает сундук с сокровищами (угощение в виде конфет морских камней, шоколадных золотых монет, шоколадных ракушек.)

Приложение

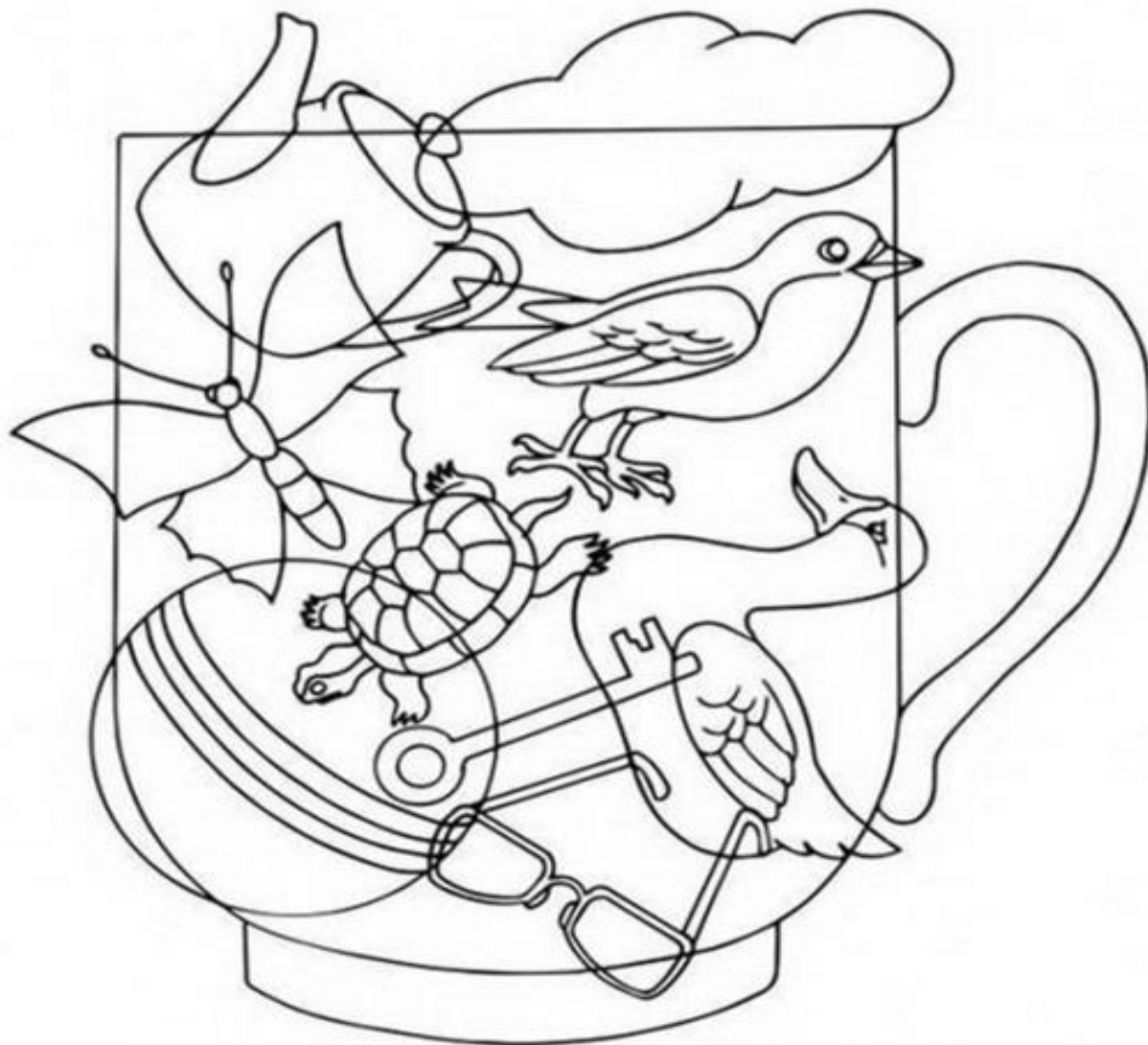
Задание 1. Нейроупражнение для синхронизации межполушарного взаимодействия мозга.

Назови фигуру и выполни движение

-  - скажи «квадрат» и стукни правым кулаком по столу
-  - скажи «треугольник» и стукни левым кулаком по столу
-  - скажи «круг» и хлопни в ладоши



Задание 2. Нейроупражнения для развития зрительного гнозиса.
Назовите фигуры, наложенные друг на друга.



Нейроупражнение для активизации умственной деятельности.

Дотронься до овоща, назови его и произнеси звук «А».

Дотронься до фрукта, назови его и произнеси звук «У».

 МОРКОВЬ ☐	 ПЕРСИК ☐	 ПЕРЕЦ ☐	 ГРАНАТ ☐
 АПЕЛЬСИН ☐	 СВЁКЛА ☐	 КИВИ ☐	 КАРТОФЕЛЬ ☐
 ГРУША ☐	 ПОМИДОР ☐	 ЯБЛОКО ☐	 ЛУК ☐

Список используемой литературы

1. Выготский Л.С. «Мышление и речь: психологические исследования». Москва; Ленинград: Гос. учеб.-пед. изд-во, 1934.
2. Денинсон П.А. «Гимнастика мозга», М-2019.
3. Кац Лоренс К., Рубин Мэннинг. Нейробика. Экзерсисы для тренировки мозга. Минск: Попурри, 2014. 160 с.
4. Крупенчук О. И. «Тренируем пальчики - развиваем речь!» - СПб., 2009г.
5. Крыжановская С. Ю., Запара М. А., Глазачев О. С. Нейротрофины и адаптация к средовым стимулам: возможности расширения «терапевтического потенциала» (краткий обзор). Вестник Международной академии наук. Русская секция. 2020. 1. 36–43.
6. Кольцова М.М. «Воспитание полезных навыков и привычек у детей». М.: Медицина, 1965.
7. Кольцова М.М. «Двигательная активность и развитие функций мозга ребёнка» (Роль двигательного анализатора в формировании высшей нервной деятельности ребёнка). М.: Педагогика, 1973.
8. Кольцова М.М. «О формировании высшей нервной деятельности ребёнка». Л.: Медгиз, 1958
9. Трясорукова Т.П. «Развитие межполушарного взаимодействия у детей-нейродинамическая гимнастика», Ростов-на-Дону, 2019.