

Консультация для родителей

«Нейро-гимнастика для детей»

Гимнастика по утрам – это необходимый атрибут хорошего самочувствия на весь день и здоровья человека. Регулярные занятия физкультурой благоприятно сказываются на общем состоянии организма. В таком разогреве нуждается не только наше тело, но и мозг, которому также нужна тренировка. Именно с этой целью проводится нейрогимнастика (или нейробика) – комплекс упражнений, направленный на активацию работы левого и правого полушарий.

Как работает наш мозг?

Головной мозг составляют 2 полушария, каждое из которых отвечает за определенные виды деятельности:

- Правое отвечает за действие левой части тела, т.е. когда мы шевелим левой ногой, то активизируется правое полушарие, и наоборот. Правое полушарие регулирует координацию движений, восприятие пространства и креативное развитие.
- Левое полушарие отвечает за абстрактно-логическое мышление, развитие логики, математических способностей и речи.

Когда мы занимаемся творческой деятельностью, то активизируется правое полушарие, а когда мы считаем, анализируем, что-то говорим, то активно левое полушарие. Происходит постоянное распределение активности между полушариями. При этом наибольшая эффективность работы мозга достигается только в том случае, когда активны оба полушария.

Но при возникновении проблем с мозолистым телом (отвечает за координацию деятельности полушарий) происходит нарушение взаимосвязи между левым и правым полушарием, в результате чего одно из них берет на себя основную нагрузку. Второе полушарие оказывается заблокированным, и оно перестает развиваться, что ведет, в частности, к нарушению пространственной ориентации.

В связи с этим основными задачами для настройки мозга к работе будут восстановление связи и баланса активности между полушариями, а также восстановление связи между передней и задней частью мозга.

Когда лучше начать заниматься?

Наиболее благоприятный период для выполнения нейрогимнастики детьми - это средний дошкольный возраст (4-5 лет). К 6 годам можно внедрять более сложные упражнения, что будет важной частью подготовки к обучению в школе.

При этом упражнения следует проводить с соблюдением определенных рекомендаций, чтобы эффективность занятий была максимально высокой. Следует выполнять ряд несложных правил:

- Средняя продолжительность занятий – 5-7 минут.
- Важна регулярность нейрогимнастики.
- Тренировки нужно проводить так, чтобы ребенку было интересно. Для этого можно периодически менять дислокацию: дома, на улице и т.д.
- Можно постепенно усложнять задания. К примеру, увеличивать темп выполнения упражнений.
- Важно следить за правильностью выполнения упражнений.
- Не нужно перегружать ребенка, стремясь выполнить максимальное количество упражнений за раз – достаточно 5-6.

Польза нейрогимнастики

Нейрогимнастика призвана синхронизировать работу головного мозга, активизировать все 5 чувств, чтобы улучшить концентрацию, стимулировать развитие умственных способностей и стремление узнавать новое.

Гимнастика мозга способствует:

- развитию мелкой и крупной моторики;
- уменьшению утомляемости;
- развитию памяти, письма, чтения;
- повышению продуктивности;
- стабилизации психофизического состояния.

Примеры упражнений

«Кулак-ребро-ладонь». Ладонь лежит на столе, пальцы прямые; сжать ладонь в кулак, поставить ладонь на ребро и выпрямить пальцы; ладонь на столе, пальцы прямые; сжать ладонь в кулак и т. д. Сначала это сделать каждой ладонью отдельно, потом двумя руками одновременно. Усложняем: начинает правая рука, через одно движение подключаем левую руку, т. е. получаем асинхронные движения.

«Ухо-нос». левой рукой возьмитесь за кончики носа, а правой рукой — за левое ухо. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши, поменяйте положение рук с точностью до наоборот.

«Колечко». На правой руке соедините в кольцо большой палец и указательный палец, затем большой палец — средний палец, большой палец — безымянный палец, большой палец — мизинец. На правой руке соедините большой палец — мизинец, затем большой палец — безымянный палец, большой палец — средний палец, большой палец — указательный палец. Пальцы соединяем синхронно, с небольшим нажимом. Постепенно ускоряем ритм и меняем положение рук в пространстве.

«Пишем в воздухе» Одновременно и синхронно двумя руками пишем в воздухе алфавит, цифры, восьмерки. Амплитуда в диапазоне «голова — бедра».

Пишем в воздухе одновременно двумя руками разные буквы и цифры. Например, левая рука пишет «0», а правая — «1»; левая — «1», правая — «2» и т. д. Выполнить от «0» до «9».

Пишем в воздухе двумя руками и одновременно разные цифры или буквы и при этом быстро ими обмениваемся. Например, правая рука пишет «1», а левая пишет «3», сразу же за этим правая рука пишет «3», а левая «1». Повторить несколько раз.

Руки вытянуты в стороны на уровне груди, кулаки сжаты. Вращать кулаки одновременно в одну сторону, другую, в разные.

Соединить перед грудью кончики пальцев обеих рук. Не разъединяя контактов пальцев, сводим и разводим ладони, нажимая в местах контактов пальцев. Одновременно поджимаем и разжимаем пальцы ног.

Вытянуть руки и ноги перед собой. Делаем синхронные скрещивающие движения руками и ногами.

Различные перекрестные движения. Например, правым локтем коснуться поднятого левого колена, затем левым локтем коснуться правого колена. В момент касания поджимать пальцы стоп и сжимать пальцы рук в кулаки.

Ходьба на месте, глаза закрыты. Одновременно руками рисуем восьмерки или делаем руками круги перед грудью (руки вытянуты вперед, раскрытые ладони направлены вперед, пальцы вверх). Меняем направления круговых движений руками. Делать 1–2 минуты.

Рисование двумя руками. Выполнение упражнения лучше начать с обведения контуров простых симметричных рисунков. Желательно, чтобы изображение разделяла ось симметрии. Рисовать можно как красками, так и фломастерами, мягкими карандашами. Закрепите лист на столе или мольберте. В каждую руку возьмите по карандашу и поставьте их в верхнюю точку, затем начинайте вести их вниз по контуру рисунка. Следите, чтобы ведущая рука не обгоняла подчиненную. Суть упражнения именно в одновременности всех действий. Малыши могут рисовать пальчиками и ладошками.

«Перекрестные шаги». Для выполнения упражнения «Перекрестные шаги» необходимо соблюдать следующий алгоритм действий:

- Занять положение стоя.
- Ребенок делает шаг, поднимая правое колено вверх, а затем одновременно касается его поверхности ладонью левой руки.
- После этого поднимается левое колено, а к его поверхности прислоняется ладонь правой руки

Данные действия повторяются по 10-15 раз. Очень важно следить за тем, чтобы ребенок делал упражнение правильно, а также не запутался в движениях.

«Шаг с палками». Для выполнения этого упражнения потребуются лыжные палки или другие предметы, которые их имитируют. Тренировка проходит следующим образом:

➤ На счет «раз» ребенок делает шаг левой ногой и одновременно перемещает палку правой рукой.

➤ На счет «два» ребенок выполняет шаг правой ногой и переставляет палку левой рукой.

Данное упражнение необходимо повторять по 15 раз ежедневно. Усложнение тренировки происходит путем ускорения выполняемых движений.

«Шаг на развитие координации». Данное упражнение направлено на улучшение функций опорно-двигательного аппарата ребенка, его координации движений и ориентирования в пространстве. Этот вид тренировки проходит следующим образом:

➤ Необходимо занять положение стоя.

➤ Ребенок делает шаг правой ногой.

➤ Затем поджимает левую ногу назад и касается ее пятки кончиком указательного пальца правой руки.

➤ После этого делается шаг левой ногой, выполняются аналогичные действия пальцами левой руки.

Упражнение необходимо повторять по 15 раз ежедневно.

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.



Консультация для родителей: «Что такое нейроигры?»

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 – выявить слабые и сильные стороны работы головного мозга и сделать взаимодействие правого и левого полушария гармоничным. Кому полезно играть в нейро 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 мультика «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 нейropsychологические упражнения.

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

«Польза нейро-когнитивных упражнений для дошкольников»

Нейро-когнитивные упражнения — это эффективнейшая методика, позволяющая без использования медикаментов, помочь детям при нескольких видах нарушений.

Нейро-когнитивный подход в играх и упражнениях

1. Развитие крупной моторики.
2. Развитие межполушарных связей в упражнениях по развитию мелкой моторики рук.
3. Работа с ритмом, как основой речи.
4. Использование всех каналов восприятия.
5. Одновременное использование речи и движений.

Кинезиология - наука о развитии умственных способностей и физического здоровья через определенные двигательные упражнения. Кинезиологические упражнения позволяют создать новые нейронные связи и улучшить межполушарное взаимодействие, которое является основой развития интеллекта.

«Кинезиологические» упражнения направлены на развитие общей двигательной координации, формирование крупных содружественных движений двумя руками и ногами. Развитие координации рук и ног и т.д.

Упражнения с кинезиологическими мячиками

Виды упражнений:

1. Перекладывание из правой руки в левую и наоборот.
2. Передача соседу и наоборот.
3. По кругу.
4. Перекрёстные движения (правая рука сверху, затем левая)
5. Вариации.

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.

Нейро-когнитивная 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.

Полезные рекомендации!

Чтобы упражнения принесли максимальную пользу, нужно следовать нескольким правилам:

1. Не стоит сразу ожидать результатов.

Начинать тренировки следует с концентрации внимания на одной из функций. Нужно быть терпеливым, ведь у ребенка не сразу может получаться, он будет отвлекаться. Не стоит одергивать малыша, ему после того сложнее концентрироваться. Только терпение и усилия приведут к положительному результату.

2. Нельзя переутомлять и перевозбуждать малыша.

Нужно периодически переключать внимание ребенка, меняя виды игр, но делать это не слишком часто. Важно также соблюдать режим дня, обеспечить полноценный сон, спокойную обстановку.

3. Установить внешние рамки.

Ребенку нужно точно объяснить, что можно, а что нельзя. Стоит учитывать, что ребенок долго ждать не может, поэтому поощрения и наказания должны проявляться вовремя. Это может быть доброе слово, небольшой сувенир, но все должно быть предоставлено вовремя.

4. Во время работы лучше использовать сразу несколько игр:

- для развития внимания,
- для снятия напряжения,
- для регуляции воли,
- для закрепления результатов.

Игры с мячом:

- кидать мяч (взрослому, в корзину, вверх, об пол, в мишень);
- ловить мяч (прямо, сбоку, сверху, стоя на стульчике, на балансире);
- перекидывать мяч с партнёром (при этом эмоционально сопровождать броски словами «бах»),

- сбивать мишень мячом (как вариант-кегли). Мишень можно ставить как ниже уровня глаз, так и выше. Это работа разных групп мышц и оказывает разный эффект;
- отталкивать руками (и ногами) фитбол;
- футбол (забивать мяч ногами в ворота, бить по мишени);
- для более старших, подбрасывать мячик вверх и ловить его;
- кидать об стену и ловить;
- кидать об пол и ловить ручками.

БАЛАНСИР.

Ставьте ребёнка на балансировочную доску, при этом держите его за одну ручку. Самых маленьких можно посадить на попу, покружить и покачать. Чтобы ребёнку было легче устоять на доске - оденьте ему сандалии или чешки. На несколько секунд убирайте свои руки, давая возможность малышу самому поймать равновесие. Доказано, что ежедневное стояние на балансире значительно повышает эффективность работы мозга, т.к. оказывает мощное активирующее воздействие на подкорковые структуры. Чтобы ребёнку было интересней, а также для улучшения произвольной само регуляции, хорошо использовать счёт или потешку. Пока вы считаете или поёте, малыш должен удержаться на доске.

«Нейроигры и упражнения для детей»

Игра – это ведущая деятельность ребёнка с рождения и до младшего школьного возраста. Она ненавязчиво учит социальным нормам, развивает умения и навыки ребёнка. В игре у малыша растёт интерес и мотивация к занятиям.

Нейро-когнитивные игры: что это и чем полезны для ребёнка? Нейропсихология – наука, изучающая психические процессы, происходящие в головном мозге. С помощью неё мы понимаем, как работает наше внимание, память, ориентация в пространстве, восприятие окружающего мира и другое. Нейро-когнитивные игры не заменяют полноценное обучение, а помогают и корректируют небольшие нарушения у детей.

Кому особенно полезны нейроигры?

Ребятам, которым сложно сосредотачиваться, запоминать материал, переключаться с одного вида деятельности на другой, а также тем, у кого есть проблемы с поведением и обучением. Они будут полезны и тревожным детям, которые боятся ошибок, детям, которые порой чересчур импульсивно реагируют на что-то или, напротив, слишком медлительны.

Нейроигры способствуют развитию: памяти, внимания, развитию слухового, зрительного, осязательного восприятия, логики, умению делать прогнозы, приходить к выводам, основываясь на разных факторах. Прежде чем приступить к нейропсихологическим упражнениям для детей, убедитесь, что ребёнок в хорошем настроении. Не настаивайте и не перегружайте малыша занятиями, иначе достичь нужного эффекта не получится. Ребёнок начнёт протестовать и вовсе откажется от каких-либо совместных игр.

Комбинируйте разные упражнения, чередуйте подвижные и спокойные занятия. Начинайте с простых и доступных для малыша игр, чтобы он видел, что может с ними справиться.

Постепенно добавляйте более сложные упражнения. Достаточно проводить занятия до получаса, главное – регулярно. Не забывайте хвалить ребёнка за успехи, не акцентируйте внимание на том, что не получается. И помните – это игра, где есть место веселью, никакой «обязаловки».

1. «Робот» Цель игры – выполнять команды ведущего. Он говорит последовательность действий, например: правую руку вверх, правой ногой шаг назад, поворот налево, присед на левую ногу и так далее. Важно говорить чётко и последовательно, чтобы малыш успел усвоить информацию и не запутался. Позже ребёнок хорошо запомнит, где какая сторона и будет выполнять действия быстрее и без ошибок. Тогда можно будет постепенно усложнять упражнение, подключив наклоны, повороты головы, взмахи и другое.

2. «Путаница» Усложнённый вариант игры «Робот». Ведущий говорит, какое действие необходимо выполнить, но сам при этом делает что-

то другое. Например, нужно положить правую руку на бок, но он поднимает левую руку. Задача ребёнка – не попасться на уловки ведущего, а внимательно послушать, что он говорит, и сделать всё правильно. Такое упражнение отлично улучшает концентрацию.

3. «Вода-земля» Эту игру можно проводить как для одного ребёнка, так и для целой компании. Сделайте «берег». Это может быть верёвка, плинтус, край ковра, пледа или любая другая вещь, которая обозначит границу. Игроки встают на «землю». Ведущий говорит: «вода», дети должны прыгать на другую сторону. «Берег» – все возвращаются на землю. Сначала потренируйтесь, посмотрите, чтобы все дети поняли, что от них требуется, а затем переходите к основной части. Ведущий может прыгать вместе с участниками, командуя: «вода», «земля», «вода», «земля». Когда ребята привыкнут к этой последовательности, измените её: «вода», «земля», «земля», «вода». На такую уловку, как правило, попадают те ребята, у которых есть трудности с переключением внимания. Они привыкли действовать по старой схеме и делают это автоматически. Если ребёнку сложно переключаться моментально, то можно предложить ему проговаривать действия вслух. Речь поможет сосредоточиться.

4. «Повтори рисунок» Ребёнок рисует картину, состоящую из геометрических фигур. Вы не должны видеть, что получилось. Художник должен сам детально и точно описать рисунок, а вы должны его повторить на своём листе. Получилось? Если да, то это отличный результат. Можете меняться ролями.

5. «Покажи путь»

Ведущему завязывают глаза. Ребёнок должен провести его от точки А до точки Б, подсказывая, куда двигаться и на сколько шагов. Например: два шага вперёд, четыре шага вправо, один шаг назад, два вправо, три вперёд. Задача – ведомый не должен ничего задевать, пока идёт. Запрещается врезаться в стулья и стены, спотыкаться о подушки и тапки.

6. «Графический диктант» Приготовьте листочек в клеточку. Вы диктуете, а ребёнок рисует, например, 2 клетки вправо, 1 вниз, 5 вправо, 3 вверх. Задача дошкольника быть внимательным и чётко следовать инструкциям. В итоге должен получиться рисунок.

7. «Расположи по порядку» Это упражнение направлено на развитие памяти. Попросите ребёнка перечислить по порядку времена суток, времена года, месяцы, цифры, названия планет и так далее. Можно использовать картинки.

8. «Найди меня» В непрозрачный мешочек положите разные предметы, цифры, буквы (подойдут детали от магнитной доски или вырезанные из картона). Предложите ребёнку опустить руку в сумочку и отыскать загаданную цифру или предмет

9. «Угадай-ка» Игра подходит для ребят старше 6 лет. Определите с ребёнком тему, например, животные, известные люди, праздники или возьмите карточки из игры «Лото», где будут изображены разные предметы. Вы должны загадать что-то одно и попросить малыша угадать, что именно.

Для этого он должен задавать вам вопросы, на которые можно отвечать только «да» или «нет». Сложность в том, что часто дети начинают просто перечислять: «это тигр?», «сова?», «ящерица?». Но так игра затянется надолго. Угадать загаданное будет крайне трудно. Подскажите, что нужно объединять животных по группам и спрашивать об их общих признаках. Например, есть обитатели рек и морей, а есть те, кто живёт на суше. Задав вопрос «это животное живёт в воде?» и, получив ответ «да» или «нет», можно отбросить огромную часть возможных вариантов. Так, предметы можно разбить по размеру, цвету, предназначениям, материалам и другим признакам, и задавать вопросы в соответствии с этим. Постепенно круг возможных вариантов будет сужаться.

10. «Опиши меня»

Теперь очередь ребёнка загадывать предметы, а вы должны угадать задуманное по описанию. Например, малыш выбрал резиновые сапоги. Ему нужно рассказать о них так, чтобы вы поняли, о чём идёт речь. Как это может выглядеть: «Их надевают в дождливую погоду, бывают разных цветов, ноги в них не промокают».

11. Рисование двумя руками

Такая нестандартная техника творчества активизирует сразу оба полушария головного мозга. Рисование двумя руками повышает умственную способность и работоспособность, а также снимает тревожность, которая часто мешает сосредотачиваться на заданиях. Для занятий с детьми предлагаем рабочие листы, где нужно одновременно двумя руками обвести по линиям узоры и рисунки. Рисовать можно карандашами, фломастерами или ручкой.

Нейрогимнастика. «Черепашка». Одна черепашка прячет голову в панцирь – ребёнок сжимает правую руку в кулак. Другая черепашка выглядывает из своего домика – левая ладонь раскрыта. Потом меняем руки. Повторяем упражнение несколько раз. Затем усложняем гимнастику. В момент смены положения рук делаем хлопок. Постепенно ускоряемся.

«Кулак, ребро, ладонь» Сжимаем правую руку в кулак и ставим на ребро, затем расправляем ладонь, после кладём её на стол. Повторяем упражнение несколько раз, чтобы закрепить последовательность действий. Подключаем левую руку и делаем гимнастику одновременно двумя руками, постепенно ускоряясь. Сжимаем обе руки в кулак. Затем на левой руке раскрываем мизинец, а на правой – указательный палец. Делаем это одновременно. Убираем пальчики и меняем положение. Теперь на левой руке вытягиваем указательный палец, а на правой – мизинец. Когда упражнения будет получаться без ошибок, добавляем хлопок, затем пробуем ускориться. Обратите внимание, что такую гимнастику выполнить очень непросто. Требуется концентрация, сосредоточенность и внимательность.

«Твистер», только здесь задействованы одни руки. Нужно перекладывать ладошки с одного цвета на другой, как укажет стрелка. Играть можно вдвоём.

«Твистер» удобно располагать на столе.

«Кольцо»

Упражнение, которое можно делать «между делом»: в дороге, на прогулке, в очереди, дома. Малыш перебирает пальчиками, соединяя большой палец со всеми остальными по очереди. Играйте и развивайтесь непринуждённо и весело. Тогда обучение будет в удовольствие.

Картотека нейро-когнитивных игр и упражнений

Игра «Веселые мячики»

Цель: эмоциональная разрядка, развитие моторной координации, умение работать с группой, снятие напряжения.

Возраст: 5-7 лет

Ход игры: Дети встают в круг в руке у каждого маленького мяча. По команде взрослого дети переключают мяч из одной руки в другую, или за спиной, далее соседу и так далее. Команды могут быть разнообразными: направо-влево, вперед, назад, соседу, вверх, вниз и т.п. Главное сохранять темп, заданный педагогом.

Темп тоже можно менять или передавать мячики в темпе сопровождающего стихотворения или музыки.

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, что называет взрослый, игнорируя его показывание.

Игра «Волшебные обводилки»

Цель: развитие графомоторных навыков, активизация визуального и тонко моторного взаимодействия.

Инструкция: Обведи рисунок сначала только правой рукой, потом только левой. Затем обведи рисунок двумя руками одновременно.

Игра «Класс – заяц»

Цель: развитие межполушарного взаимодействия, внимания.

Материал: не требуется.

Методика проведения: ребенок левой рукой показывает «класс», правой – «зайчика». Одновременно менять положение рук и постепенно наращивать скорость.

Игра «Колено – локоть»

Цель: Активизировать зону обоих полушарий, обеспечивающих причинно-обусловленный уровень мышления.

Методика проведения: Исходное положение: Стоя. Поднять и согнуть левую ногу в колене, локтем правой руки дотронуться до колена левой ноги, затем тоже с правой ногой и левой рукой. Повторить упражнение 8–10 раз.

Игра «Грибы да ягоды»

Я в лесу нашел грибок, а сорвать его не смог: - ладонь одной руки лежит на кулаке другой.

Дождь грибочек поливал, - пальцы ласково глядят по щекам.

И грибочек подрастал - руки сцепляем пальцами, постепенно увеличивая круг, называем грибы.

Ягодка росла в лесу, я домой ее несу - кулак одной руки лежит на ладони

другой (меняем).

Солнце ягодку согрело - пальцы ласково гладят по щекам.

Наша ягодка поспела - делаем круги, соединяя по очереди все пальцы с большим, одновременно на двух руках, называем ягоды.

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.

Упражнение «Лезгинка».

Цель: развитие межполушарного взаимодействия.

Сжать левую руку в кулак, большой палец отставить в сторону, кулак развернуть пальцами к себе. Ладонью правой руки прикоснуться к мизинцу левой. Менять положение правой и левой рук, добиваясь высокой скорости смены положений (6-8 раз).

Упражнение «Замок».

Цель: развитие межполушарного взаимодействия.

Скрестить руки ладонями друг к другу, сцепить в замок. Двигать пальцем, который укажет взрослый, точно и четко. Нежелательны движения соседних пальцев. Прикасаться к пальцу нельзя. В упражнении должны участвовать все пальцы на обеих руках.

Упражнение «Ухо-нос».

Цель: развитие межполушарного взаимодействия.

Взяться левой рукой за кончик носа, правой – за противоположное ухо.

Одновременно отпустить руки, хлопнуть в ладоши, поменять положение рук.

Упражнение «Симметричные рисунки».

Цель: развитие межполушарного взаимодействия.

Рисовать в воздухе обеими руками линии, геометрические фигуры, цифры, буквы, слова и др.

«Серия упражнений на развитие межполушарного взаимодействия»

Цель: развитие межполушарного взаимодействия; снятие синкинезий мышечных зажимов; улучшение возможности приема и переработки информации (движения перекрестного характера, направленные на развитие мозолистого мозга, активизируют вестибулярный аппарат).

«Звуковая тропинка» Нужно идти точно по следам. Если на следе нарисован символ звука [А], наступать на него нужно правой ногой. Если на следе нарисован символ звука [У], наступать нужно левой ногой. (можно брать символы других звуков, в старшей и подготовительной группе можно использовать буквы).

«Перекрёстные шаги». Нужно пройти по болоту, поэтому идти нужно высоко поднимая ноги. Дети проходят по тропинке делая разнонаправленные движения: локтем левой руки касаясь колена правой ноги и наоборот.

«Хлопни, топни». Нужно прохлопать и протопать столько раз, сколько звуков услышит ребёнок. На звук [А] – хлопни, на звук [У] – топни.

(сопровождается зрительным ориентиром – карточки на которых символами

изображено задание. А У А (хлоп, топ, хлоп) У А А (топ, хлоп, хлоп) Можно брать символы других звуков, в старшей и подготовительной группе можно использовать буквы.

«Червячок в яблочке» Дети показывают два кулачка (яблочки), 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.

«Кулачок — ладошка» Дети показывают руками печку: правая рука согнута в локте перед собой, на уровне груди, ладонь расправлена. Левая рука согнута в локте и поднята вверх, перпендикулярно правой руке, ладонь сжимаем в кулак. По хлопку меняем руки. Наверху всегда должен быть кулачок, а внизу – ладошка. На поляне большой Стоит печка с трубой.

«Кошка». Подушечки пальцев левой руки прижаты к верхней части ладони. Пальцы правой руки выпрямлены, расставлены в стороны и напряжены. Следует по очереди изменять положения рук – выпускать и прятать «коготки» при этом проговаривая звуки, слоги или слова для автоматизации звуков.

«Зеркальное рисование». Способствует синхронизации работы полушарий, восприятию информации, улучшает запоминание информации.

Исходное положение: на доске или на чистом листке бумаги, взяв в обе руки по карандашу или фломастеру, одновременно рисовать зеркально-симметричные рисунки, буквы при этом проговаривая звуки, слоги или слова для автоматизации звуков.

«Молоток-пила» (упражнение выполняется либо на столе, либо на коленях)левой рукой как бы пилим пилой, правой в это же время «забиваем молотком гвозди» при этом проговаривая звуки, слоги или слова для автоматизации звуков.

7 положение -ладошки обращены внутрь

Меняем положения в разном порядке, увеличиваем темп.

Исходное положение обе руки на белом листе. Педагог дотрагивается до листов разного цвета. Задача ребенка повторить. (усложняем задачу, увеличивая количество действий) Можно проговаривать названия цвета.

Игра «Классики для пальчиков»

Возраст от 5 лет

-Развитие концентрации внимания, усидчивости.

-Синхронизация работы левого и правого полушария, тренировка межполушарных связей.

- Оптимизация и улучшение мозговой деятельности в целом.

Оборудование: набор дорожек для левой и правой руки

Ход игры:

Задача ребенка пройти классики одновременно двумя руками.

Игра «Падишах»

Возраст от 5 лет

- Развитие концентрации внимания, усидчивости.
- Синхронизация работы левого и правого полушария, тренировка межполушарных связей.
- Оптимизация и улучшение мозговой деятельности в целом.
- Развитие навыка контроля своего поведения.

Ход игры:

Двое игроков становятся друг против друга, одновременно хлопают в ладоши, а потом по очереди хлопают в ладошку партнера: правая в левую, левая в правую. На алтайских горах (хлопок, правая-левая, хлопок, левая-правая) ОХ руки перекрещиваются на груди, АХ а потом – хлопок по бедрам Жил великий падишах (хлопок, правая-левая, хлопок, левая-правая) ОХ- руки перекрещиваются на груди, АХ - потом – хлопок по бедрам Захотелось падишаху (хлопок, правая-левая, хлопок, левая-правая) ОХу- руки перекрещиваются на груди, АХу - потом – хлопок по бедрам Съесть большую черепаху (хлопок, правая-левая, хлопок, левая-правая) ОХу- руки перекрещиваются на груди, АХу - потом – хлопок по бедрам Но большая черепаха (хлопок, правая-левая, хлопок, левая-правая)

Игра « Нейроритмические ряды»

Возраст от 5 лет

- Развитие концентрации внимания, переключения.
- Синхронизация работы левого и правого полушария, межполушарных связей.
- Оптимизация и улучшение мозговой деятельности в целом.
- Развитие навыка контроля своего поведения.

Оборудование: набор фигур для создания ритмического рисунка.

Ход игры: На столе разложены карточки с кругами в ритмическом порядке (например, 2-3-2-3-2-3-2-3)

- 1 Отстукиваем ритм ладошкой об стол.
- 2 На 2-хлопки в ладоши, на 3-хлопки об стол
- 3 На 2-хлопки об колени, на 3-хлопки об стол
- 4 На 2 щелчки пальчиками, на 3-хлопки об стол