

«Двигательная активность посредством нейро-игр»

Это современная технология. В переводе Нейроигра - это зарядка для тела и ума. Ее суть заключается в организации работы всех пяти чувств (желательно одновременно) человека необычным способом. Взаимосвязь умственного и физического развития!

Мозг сложен по структуре. Его составляют два полушария, каждое из них отвечает за определенные виды деятельности.

Правое регулирует координацию движений, восприятие пространства, гуманитарное развитие и креативные способности.

Левое полушарие носит аналитический характер – умственный.

Деятельность полушарий координируется так называемым мозолистым телом (системой нервных волокон, которое передает сигнал из одного в другое. При возникновении какой-либо проблемы с этим элементом мозга-полушария работают без взаимосвязи, одно из них – ведущее – берет на себя основную нагрузку, блокируя второе. Это приводит к нарушению пространственной ориентации, а также к тому, что одно полушарие активно используется, второе же перестает развиваться. Ученые выявили, что становление межполушарных связей происходит у детей до определенного возраста: у девочек – до 7 лет; у мальчиков – до 8 – 8,5 лет. Это необходимо в нашей с вами работе.

Как тренировки влияют на мозг?

Ни у кого не вызывает сомнения, что регулярное выполнение утренней гимнастики очень полезно и со временем укрепляет тело. Это же можно сказать и про комплекс упражнений для мозга – они постепенно заставляют обе «половинки» функционировать в тесной взаимосвязи, что помогает лучше воспринимать информацию. Но максимальный результат достигается только тогда, когда они оба работают слаженно. Чем лучше развито межполушарное взаимодействие у детей, тем проще им будет даваться выполнение заданий инструктора по физкультуре и задания воспитателя, тем лучше у них будет усвоение знаний в школе.

Нейродинамическая гимнастика для дошкольников дает возможность решить массу конкретных задач, а не только усилить межполушарное взаимодействие и когнитивные способности. Польза ее в следующем:

- стимулирует развитие памяти и мыслительной деятельности;
- помогает получить энергию, необходимую для обучения;
- 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 перед родителями,

Под физическими способностями понимают относительно устойчивые, врожденные и приобретенные функциональные возможности органов и структур организма, взаимодействие которых обуславливает эффективность выполнения двигательных действий. При этом одна физическая способность может развиваться на основе разных задатков и, наоборот, на основе одних и тех же задатков могут возникать разные способности.

В современной литературе по физическому воспитанию используют термин «физические (двигательные) способности», а не «физические качества». В двигательные качества входят:

быстрота;

сила;

выносливость;

гибкость;

ловкость.

Физические качества, которые сейчас перечислены, присутствуют у каждого ребенка с рождения, но развитие или отсутствие больше увеличивает разницу между нами. Развиваются физические качества у детей в процессе выполнения различных движений, объем которых указывается в программе по каждой возрастной группе. Периоды интенсивного развития отдельных физических способностей у детей имеет свой сенситивный период, причем периоды интенсивного развития той или иной физической способности у девочек и мальчиков не совпадают. Как правило, девочки обгоняют мальчиков.

Ловкость - это способность человека быстро осваивать новые движения, а также перестраивать их в соответствии с требованиями внезапно меняющейся обстановки. К развитию ловкости приводит систематическое разучивание с детьми новых упражнений. Ловкость представляет собой сложное, комплексное психофизическое качество. Главную роль в проявлении ловкости играет ЦНС-центральная нервная система.

Ловкость-интегративное качество, разновидность координации. Ловкость образует как бы мостик к умственной деятельности и представляет собой совокупность жизненного опыта в области двигательной активности. Именно поэтому уровень развития ловкости нередко повышается с годами, в то время как уровень развития других физических качеств заметно снижается. Ловкость наиболее эффективно воспитывается в старшем дошкольном возрасте, когда наблюдается интенсивное развитие двигательного, зрительного, слухового, тактильного анализаторов.

ИМЕННО за счет ловкости и выдвигаются вперед сила, выносливость и быстрота.

В своей работе я использую нейро упражнения (нейроигры) – Хотелось бы поделиться некоторыми нейропсихологическими играми и приёмами, которые используем на индивидуальных и подгрупповых занятиях с детьми. Преимущества использования нейроигр: игровая форма обучения; эмоциональная привлекательность; многофункциональность; автоматизация звуков в сочетании с двигательной активностью, а не статичное выполнение

заданий только за столом; формирование стойкой мотивации и произвольных познавательных интересов; формирование партнерского взаимодействия между ребенком и педагогом; активизация работы с родителями, повышение компетентности родителей в коррекционно-развивающем процессе.

С использованием в работе нейро- игр и упражнений, мы увидели, как решаются следующие задачи:

- Ребенок учится чувствовать пространство и свое тело.
- Развивается зрительно-моторная координация (глаз-рука, способность точно направлять движение).
- Формируется правильное взаимодействие ног и рук.
- Развивается слуховое и зрительное внимание.
- Ребенок учится последовательно выполнять действия.

Игровые технологии повышают интерес и мотивацию, помогают не бояться ошибок, развивают коммуникацию. Ведь игра - это естественное состояние и потребность любого ребенка. Абсолютно у любой игры есть развивающий потенциал. Чаще всего это возраст от 4 лет и старше.

Игры- игровые упражнения:

1. «КОЛЕЧКО».

Поочередно и как можно быстрее перебирайте пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т. д. Проба выполняется в прямом (от указательного пальца к мизинцу) и в обратном (от мизинца к указательному пальцу) порядке. В начале упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе. При этом я адаптировала ее для автоматизации звуков.

2. «ДВОЙНЫЕ РИСУНКИ».

Дайте ребёнку фломастеры в обе руки и предложите обвести симметричные рисунки двумя руками. Важно, чтобы руки обводили картинку одновременно (если одна из рук остановилась, нужно этот момент проконтролировать и возобновить процесс обведения уже совместно правой и левой рукой).

3. «КУЛАК-РЕБРО-ЛАДОШКА».

Использую эту игру для развития фонематического восприятия, либо для дифференциации звуков.

4. «АССОЦИАЦИЯ».

Бросая ребенку мяч, назовите любое слово, например: «Медведь», он в свою очередь должен представить медведя и подобрать ассоциацию к слову, например «Лохматый, берлога, мед, спячка и т. д.» Возвращает мяч, называет слово (ассоциацию, и теперь ваша очередь подбирать ассоциацию к слову ребёнка.

5. «ЗЕРКАЛО».

Встаньте напротив ребёнка и выполняйте любые движения руками или ногами, или одновременно и руками и ногами, подключайте голову, язык и т. д. Сделайте ребёнка своим отражением. Его задача – повторять ваши движения, как в зеркале.

6. ИГРЫ С ТАРЕЛКАМИ-ЛОВУШКАМИ.

Играют двое участников. Игроки бросают друг другу мяч, выполняя определенную словесную инструкцию. Для выполнения действий с этими тарелками нужна разнонаправленная работа рук. Одной рукой игрок бросает мяч, другой – ловит. Играя, автоматизируем звуки, обогащаем словарь по лексической теме, развиваем грамматический строй речи и т.д. Развивает реакцию, координацию движений и межполушарное взаимодействие.

Игры с мячами (обычными, прыгунами, кинезиологическими) и кинезомешочками:

- переключивание (перекатывание) из правой руки в левую и наоборот;
- передача соседу и наоборот; (Игры: «Скажи наоборот», «Один-много»)
- перекрёстные движения (правая рука сверху, затем левая).

Основные виды движений с одним мячом или мешочком:

- броски вниз двумя руками, вверх двумя руками;
- броски вниз правой, левой рукой, используя разные виды захвата при броске ловле мяча;
- с хлопками.

Использую эти упражнения на автоматизацию звуков, «Живое-неживое», «Летает-не летает» и т.д. Например: на звук Ш отбивать правой рукой мячик, на звук Ж - левой.

Также существуют такие нейротренажеры, как: НЕЙРОСКАКАЛКА, НЕЙРОВОСЬМЕРКА и БАЛАНСИРОВОЧНАЯ ДОСКА.