

# Нейроигры для дошкольников

---

Воспитание здорового и всесторонне развитого ребёнка остаётся наиболее актуальной проблемой в практике развития и воспитания, это говорит о необходимости поисков эффективных средств её реализации.

Рассмотрим нейро-кинезиологические методы, которые предполагают дополнительную коррекцию психических процессов: *внимания, памяти, мышления, речи, а также эмоциональноволевой сферы ребенка через движение.*

Нейропсихологические и кинезиологические упражнения:

- ✓ активизируют у детей дошкольного возраста межполушарное взаимодействие и пластичность мозга,
- ✓ способствуют развитию психических процессов,
- ✓ помогают в развитии эмоциональноволевой сферы детей имеющим дефицит нейродинамических и регуляторных компонентов деятельности, таких как: *трудности концентрации и удержания произвольного внимания, снижение мотивации, неустойчивость эмоциональноволевых проявлений, быстрая утомляемость, истощаемость, низкий темп деятельности и прочее.*

Можно использовать элементы игр и упражнений как настройку на любой вид деятельности, усвоение информации и снятие психоэмоциональных стрессов или просто как развлечение. Это позволит облегчить взаимодействие всех органов и систем организма ребенка.

**Внимание!** Первым всегда должно быть выполнение дыхательных упражнений, а затем можно приступать к самомассажу и другим упражнениям, способствующим повышению уровня психической активности ребенка, увеличению его энергетического и адаптационного потенциала. Занятия могут выполняться ежедневно, но без принуждения.

Усложнение тренировочного процесса должно происходить постепенно по мере того, как ребенок приобретает навыки, наблюдаются реальные результаты его развития.

Основным требованием к использованию данных игр и упражнений является чёткое выполнение движений. Следует проконтролировать, чтобы ребенок повторил данные действия правильно и без ошибок.

В том случае, если ребенку необходимо выполнить какое-либо задание, либо ему предстоит другая интеллектуальная нагрузка, лучше сначала выполнить упражнения, а уже затем переходить к мыслительному процессу.

## Упражнение «Капитанское»



Одна рука приложена козырьком к бровям, а вторая рука показывает знак "Класс". Меняем руки местами.

Через несколько занятий, это упражнение можно усложнить, добавив хлопок между сменой рук.

## Упражнение «Колечки»

*Цель: развитие межполушарного взаимодействия через согласование разнотипных движений рук.*



На одной руке большой палец последовательно соединяется со всеми остальными пальцами, начиная с указательного пальца.

То же самой делает другая рука, но начинает с мизинца.

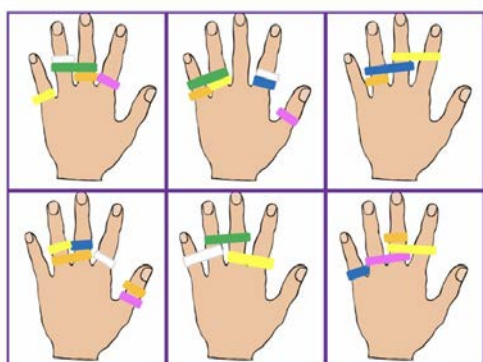
Задача – делать упражнение одновременно двумя руками.

## Упражнение «Зеркало»

Выполнять его необходимо в паре. Два ребенка встают друг против друга и договариваются о своих ролях: один – ведущий, второй – «зеркало». Руки участников подняты на уровень груди и повернуты ладонями навстречу друг другу. Ведущий начинает производить хаотичные движения руками, а «зеркало» пытается отразить их в том же ритме. Меняются ролями.

## Упражнение «Резиночки»

*Эта игра полезна для развития мелкой моторики, внимания, пространственной ориентировки.*



Здесь есть специальные карточки со схемами одевания резинок на пальцы. Такую игру легко сделать самим.

Так же полезен вариант без использования карточек по словесной инструкции (Одень на указательный пальчик левой руки розовую резинку, на безымянный пальчик правой руки-синюю и т.д. Таким образом закрепляем названия пальцев и понятия: «право-лево»).

## Игра «Ритм»

Сидя на полу. Взрослый задает ритм, отстукивая его одной рукой, например, "2-2-3" (в начале освоения дается зрительное подкрепление - дети видят руки водящего, а в процессе освоения происходит постепенный переход только к слуховому восприятию, т.е. с закрытыми глазами). Затем детям предлагается повторить ритмический рисунок правой рукой, левой рукой, двумя руками одновременно (хлопки или удары перед собой) комбинированно (например, 2 - правой рукой, 2 - левой рукой, 3 - одновременно двумя руками).

После освоения первой части упражнения детям предлагается воспроизвести тот же ритмический рисунок ногами.

### Массаж ладоней и пальцев рук колючим массажным мячиком

1. Мяч находится между ладоней ребёнка, пальцы прижаты друг к другу. Делайте массажные движения, катая мяч вперёд-назад.
2. Мяч находится между ладоней ребёнка, пальцы прижаты друг к другу. Делайте круговые движения, катая мяч по ладоням.
3. Держа мяч подушечками пальцев, делайте вращательные движения вперёд (как будто закручиваете крышку).
4. Держа мяч подушечками пальцев, с усилием надавите ими на мяч (4—6 раз).
5. Держа мяч подушечками пальцев, делайте вращательные движения назад (как будто открываете крышку).
6. Подкиньте мяч двумя руками на высоту 20—30 см и поймайте его.
7. Зажмите мяч между ладонями, пальцы сцеплены в "замок", локти направлены в стороны. Надавите ладонями на мяч (4—6 раз).
8. Перекладывайте мяч из одной ладони в другую, постепенно увеличивая темп.

### Упражнение «Ёжик»

Ёжик в руки мы возьмем, *(берем массажный мячик)*

Покатаем и потрем. *(катаем между ладошек)*

Вверх подбросим и поймем, *(подбрасываем вверх и ловим)*

И иголки посчитаем. *(пальчиками одной руки нажимаем на шипы)*

Пустим ёжика на стол, *(кладем мячик на стол)*

Ручкой ёжика прижмем *(ручкой прижимаем мячик)*

И немножко покатаем ... *(ручкой катаем мячик)*

Потом ручку поменяем. *(меняем ручку и тоже катаем мячик)*

## Упражнение «Веселый мяч»

Я мячом круги катаю, (Движения выполняются по тексту)

Взад - вперед его гоняю.

Им поглажу я ладошки,

А потом сожму немножко.

Каждым пальцем мяч прижму,

И другой рукой начну.

А теперь последний трюк!

Мяч катаю между рук!

### Упражнение №1

Я мячом круги катаю, (*катаем мячик между ладонями круговыми движениями*)

Взад-вперед его гоняю, (*гоняем мячик между ладонями по столу*)

Им поглажу я ладошку, (*гладим одну ладошку мячиком*)

Будто бы сметаю крошку, (*гладим другую ладошку мячиком*)

И помну его немножко, (*сжимаем мячик одной рукой*)

Как сжимает лапу кошка. (*меняем и сжимаем мячик другой рукой*)

### Упражнение №2

Ежик, ежик – чудачок сшил колючий пиджачок (*прокатывать мяч в ладонях вперед – назад*)

Встал с утра, и в лес – гулять, (*поднять руки вверх*)

Чтоб друзей всех повидать. (*перебирать мяч пальцами, опуская медленно руки вниз*)

Ежик топал по тропинке (*постучать мячом по столу*)

И грибочек нес на спинке. (*завести руки с мячом за голову, покатавать мяч по шее*)

Ежик топал не спеша, (*прокатываем мяч по одной коленке вперед*)

Тихо листьями шурша. (*прокатываем мяч по другой коленке назад*)

А навстречу скачет зайка, Длинноухий Попрыгайка, (*подбрасываем и ловим мячик*)

В огороде чьем – то ловко Раздобыл косой морковку! (*завести руки за спину и спрятать мяч*)

### Упражнение №3

Этот шарик не простой (*Движения выполняются по тексту*)

Весь колючий, вот такой.

Меж ладошками кладем

Им ладошки разотрем.

Вверх и вниз его катаем

Свои ручки развиваем!

Можно шар катать по кругу

Перекидывать друг другу. 1, 2, 3, 4, 5 –

Всем пора нам отдыхать!

#### **Упражнение №4**

Катится колючий ежик (*выполняем круговые движения мячиком между ладонями*)

Нет ни головы, ни ножек.

По ладошкам он бежит

И пыхтит, пыхтит, пыхтит.

Мне по пальчикам бежит (*перебираем мяч пальчиками*)

И пыхтит, пыхтит, пыхтит

Бегает туда, сюда! Мне щекотно? (*движения мячом по пальчикам*)

Да, да, да! Уходи, колючий еж, (*подкидываем мяч*)

В темный лес, где ты живешь.