

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №17 «Ладушки»

Доклад из опыта работы
***«Влияние нейрогимнастики на развитие познавательной
активности детей»***

Подготовила: Алексеева Екатерина Александровна,
воспитатель

2023 год

*«Руки учат голову, затем поумневшая
голова учит руки, а умелые руки снова
способствуют развитию мозга»*

Иван Петрович Павлов

У каждого свой особый мир, который нельзя разрушить, которому надо помочь раскрыться, как цветку. Один цветок любит свет солнца, другой – прохладную тень; один любит берег ручья, другой – высохшую горную вершину. Каждому нужен особый, только для него подходящий уход, иначе оно не достигнет совершенства в своём развитии.

Согласно статистике, традиционные общепринятые психолого-педагогические методы стали нерезультативными как в период обучения, так и в период коррекции. Поэтому, в своей работе с детьми я использую элементы нейрогимнастики, которая приносит удовольствие, радость и пользу моим воспитанникам.

Человек получает информацию при помощи органов чувств, которые передают сведения в мозг. Продуктивная работа мозга - внимание, память, сообразительность и реакция переключения с одного вида деятельности на другой. И самое интересное – мозг можно тренировать.

Гимнастика для мозга называется кинезиологией. Кинезиология (от греческих «кинезис» — движение и «логос» — знание) – это прикладная наука, помогающая развивать умственные способности личности через выполнение определенного рода заданий. Она помогает сбалансировано развивать оба полушария головного мозга. Кинезиология возникла в 60-е годы прошлого века. Гимнастика состоит из ряда несложных для выполнения упражнений, поэтому ее могут смело включать в свой режим дня и дети, и взрослые. Удобно и то, что проводить тренировки можно практически в любое время без привязки к месту. Упражнения направлены на усиление взаимодействия полушарий головного мозга. Развитие интеллектуальных способностей и творческого начала ребенка происходит при помощи выполнения определенных движений, именно в этом суть гимнастики для мозга.

Родоначальником кинезиологии стал американский исследователь и остеопат Джордж Гудхард. Он впервые заметил, что одна и та же мышца может иметь разную силу. Из этого наблюдения выросла наука, которая базируется на целостном подходе к человеку.

Эффективность нейропсихологического (психомоторного) подхода доказана наукой и практикой. Он является здоровьесберегающей и игровой технологией. Данный подход предполагает коррекцию нарушенных психических процессов (внимания, памяти, мышления, речи и др.), эмоционально-волевой сферы ребёнка через движение. Отечественная нейропсихология базируется на принципах, разработанных классиками психологии – Л. С. Выготским, А. Р. Лурией, Л. С. Цветковой, А. В. Семенович, А. Л. Сиротюк, А. Н. Леонтьевым, А. В. Запорожцем, Л. А. Венгер, Д. Б. Элькониним

Влияние занятий нейрогимнастикой на развитие мозга

Все знают, 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. Каждое полушарие регулирует выполнение определенных действий и при этом распределение активности постоянно чередуется. Но максимальная продуктивность мозга достигается только тогда, когда они оба работают слаженно. И именно этой цели и позволяет добиться гимнастика для мозга. Чем лучше развито межполушарное взаимодействие у детей, тем проще им будет даваться выполнение заданий учителя, тем лучше у них будет успеваемость. Суть занятий заключается в идее взаимосвязи мышления и движения: первое помогает улучшить второе, то есть движение влияет на способность ребенка к обучению.

Польза нейрогимнастики

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, что непременно потребуется в школе, когда ребенку нужно будет читать доклад перед аудиторией, а также сдавать экзамены.

Регулярные занятия помогут улучшить ряд физических навыков, в частности выполнение симметричных и асимметричных движений, соблюдение равновесия, подвижность плечевого пояса, ловкость рук и кистей. Дошкольники учатся сидеть прямо и не испытывать при этом дискомфорт, становятся более ловкими. Также такие тренировки позволяют усовершенствовать эмоциональные навыки, сделать ребенка менее подверженным стрессу и более общительным, научат его проявлять свои творческие способности в процессе игры, а затем – и в учебной деятельности. Кроме того, гимнастика для мозга – это еще и способ предотвратить появление дислексии, то есть нарушения навыков чтения.

Развивать мозг необходимо с дошкольного возраста, тогда в школе и во взрослой жизни ребенку удастся избежать массы проблем, связанных с работой на компьютере, управлением автомобилем, каким-либо иным сложным устройством; он сможет полностью раскрыть свой внутренний потенциал и стать успешным.

Выполнение упражнений начинаю с медленного темпа и показа воспитателем: сначала ведущей рукой, затем включаю обе руки. Движения

выполняются синхронно, направляю детей на ритмичность выполнения упражнений. Упражнения, которые можно выполнить вне помещения, выполняю с детьми на прогулке. Детям это очень нравится, так как это для них интересно и необычно.

Использую разные комплексы нейрогимнастики:

Специальные игры и упражнения, где задействована правая рука, левая рука и выполнение заданий двумя руками одновременно и увеличивается темп работы, в зависимости от качества выполнения упражнений и индивидуальных особенностей ребенка.

Предлагаю детям ряд карточек «Делай, как я» на которых изображены схематично позы и движения для повторения. С помощью этих карточек дети повторяют позы и движения, подражают, выполняют по словесной инструкции. Дети постарше, запоминают цепочку поз и повторяют по памяти. Каждая цепочка повторяется 3-4 раза с проговариванием. Так же предлагаю детям карточки для самостоятельного составления цепочек.

Я включила в работу «Прописи» Т.П. Трясоруковой, и раскраски этого же автора, они направлены на использование в работе с детьми метода психографики, т.е. дети поэтапно выполняют ряд графических заданий только левой рукой, только правой, а затем двумя руками одновременно. Этим обеспечивается включенность в работу правого и левого полушарий. Раскраски построены на принципе интеграции визуального и тонкомоторного взаимодействия.

Кинезиологические упражнения задействуют разные типы восприятия — зрение, обоняние, осязание, слух и вкус. Это позволяет развивать максимальное количество элементов нервной системы.

Таким образом, использование нейрогимнастики в развитии ребёнка в условиях ДОУ, стимулирует развитие познавательных процессов память, внимание, речь, процессы письма и чтения, пространственные представления, мелкую и крупную моторику, у ребенка исчезают явления дислексии, снижает утомляемость, повышает способность к произвольному контролю, улучшает качество двигательных умений и навыков.

Список использованных источников

1.Трясорукова Т.П. Развитие межполушарного взаимодействия у детей: нейродинамическая гимнастика.-Изд.2-е .Ростов н/Д.:Феникс,2019 .-32с.

2.Трясорукова Т.П. Развитие межполушарного взаимодействия у детей: нейродинамическая гимнастика: раскраска с заданиями .-Изд.2-е .Ростов н/Д.:Феникс,2019 .-31с

3.<https://ped-kopilka.ru/blogs/ana-viktorovna-miheva/gimnastika-mozga.html>

4.<https://infourok.ru/statya-ispolzovanie-nejrogimnastiki-v-rabote-s-detmi-s-ovz-doshkolnogo-vozrasta-5313891.html>