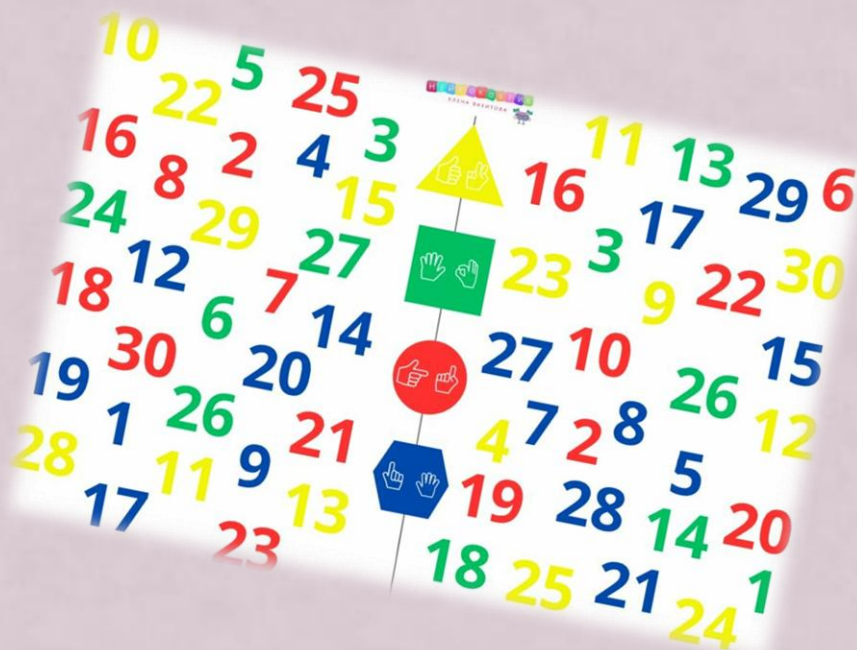


ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ СОВЕТ  
«ИСПОЛЬЗОВАНИЕ НЕЙРОИГР И НЕЙРОУПРАЖНЕНИЙ КАК  
ЭФФЕКТИВНОГО ИНСТРУМЕНТА В РАБОТЕ ПЕДАГОГА С  
ДОШКОЛЬНИКАМИ»



# НЕЙРОИГРЫ И НЕЙРОУПРАЖНЕНИЯ -

это специальные игровые комплексы и упражнения, которые через тело комплексно воздействуют на мозговые структуры, способствуя развитию речи, развитию когнитивных функций, моторики и физического здоровья у дошкольников в целом (кинезиологические упражнения или нейрогимнастика)



# ЦЕЛИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ НЕЙРОИГР И НЕЙРОУПРАЖНЕНИЙ:

**Развитие межполушарного взаимодействия.** Это позволяет создать новые нейронные связи в коре головного мозга, улучшить мыслительную деятельность, повысить стрессоустойчивость и самоконтроль

**Автоматизация звуков.** Упражнения помогают закрепить правильную артикуляцию звуков в слогах, словах и предложениях

**Развитие фонематического восприятия, словарного запаса, грамматического строя речи, связной речи**

**Стимуляция артикуляционной моторики и фонематического слуха**

**Улучшение координации движений, мелкой моторики, пространственной ориентации**

# ВИДЫ УПРАЖНЕНИЙ

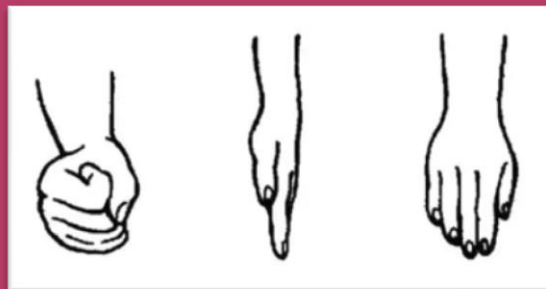
- **Растяжки.** Помогают снять напряжение и подготовиться к работе
- **Дыхательные упражнения.** Улучшают ритмику и работу мозга
- **Глазодвигательные упражнения.** Расширяют поле зрения и улучшают восприятие
- **Телесно-ориентированные упражнения** для рук, ног и всего тела, развивающие координацию и моторику
- **Релаксация.** Упражнения для снятия напряжения и расслабления

**ВАЖНО СОБЛЮДАТЬ ПРИНЦИП – ОТ ПРОСТОГО К СЛОЖНОМУ!**

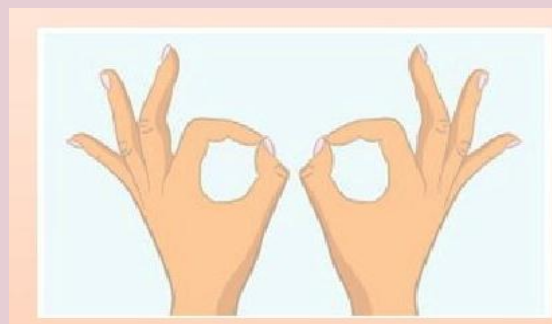
# НАЧАЛЬНЫЙ ЭТАП

(БАЗОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ)

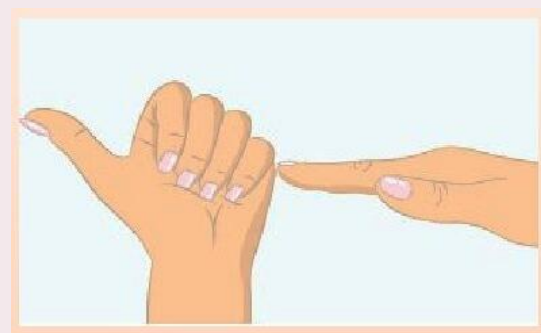
**«Кулак-ребро-ладонь»**  
(последовательная смена  
положений руки)



**«Колечки»**  
(поочередное соединение  
пальцев с большим)



**«Лезгинка»**  
(левая рука в кулак, правая  
касается мизинца левой, затем  
синхронная смена)



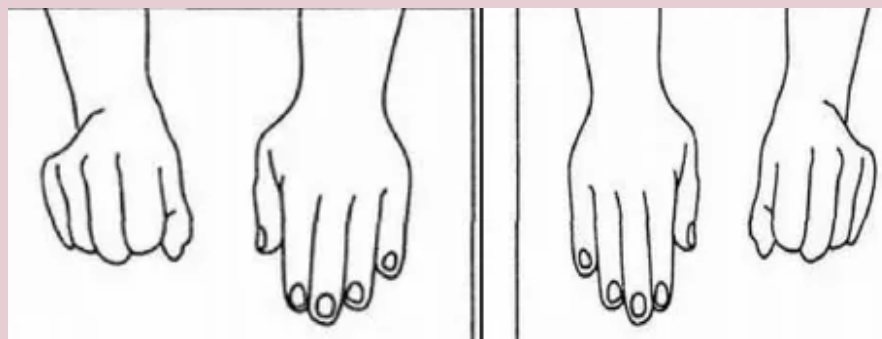
## «Кольцо»

(поочередное перебирание пальцами обеих рук, соединяя их в кольцо с большим пальцем. Правая рука - от указательного пальца к мизинцу, а левая – от мизинца к указательному)



## «Жаба» («Лягушка»)

(попеременное изменение положений рук)



## «Рожки-ножки»

(«рожки» - вверх выставляется указательный палец и мизинец; «ножки» – выставляются вперед указательный и средний пальцы)



# СРЕДНИЙ УРОВЕНЬ

(УПРАЖНЕНИЯ НА КООРДИНАЦИЮ)

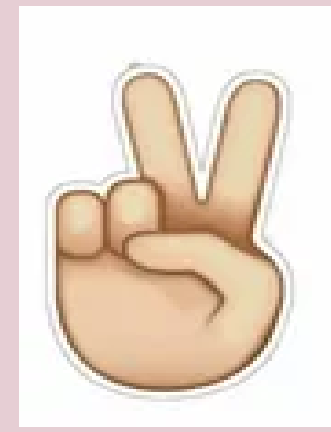
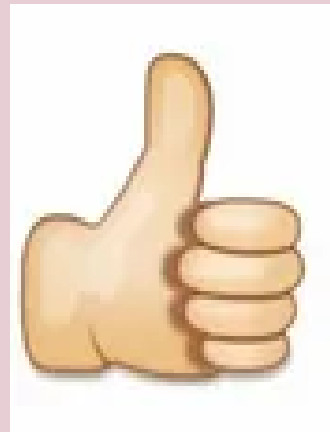
## «Ухо - нос»

(левая рука держит нос, правая – левое ухо; по хлопку – смена)



## «Класс – заяц»

(левая рука показывает класс, правая – зайца; по команде – смена)



# ВЫСОКИЙ УРОВЕНЬ

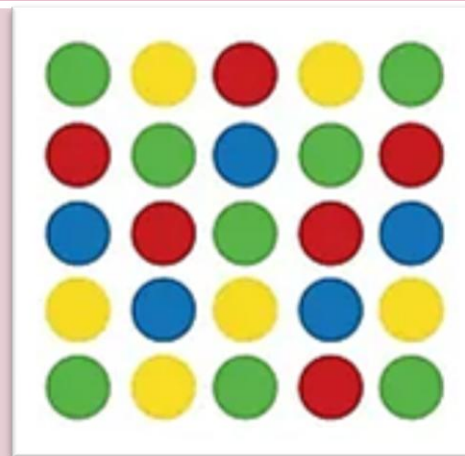
(СИНХРОНИЗАЦИЯ РЕЧИ И ДВИЖЕНИЙ)

## «Сказочные персонажи»

(изображая персонажа, дети одновременно рассказывают о нем)

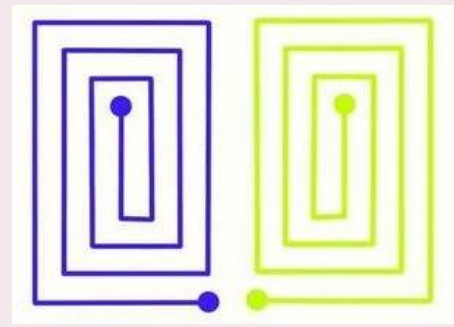
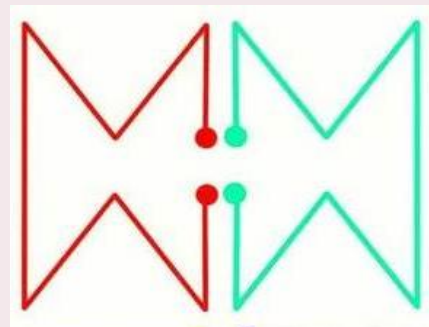
### «Звуки и пальчики»

(ребенок называет слово с отработываемым звуком, одновременно ставя пальчики на кружки определенных цветов)

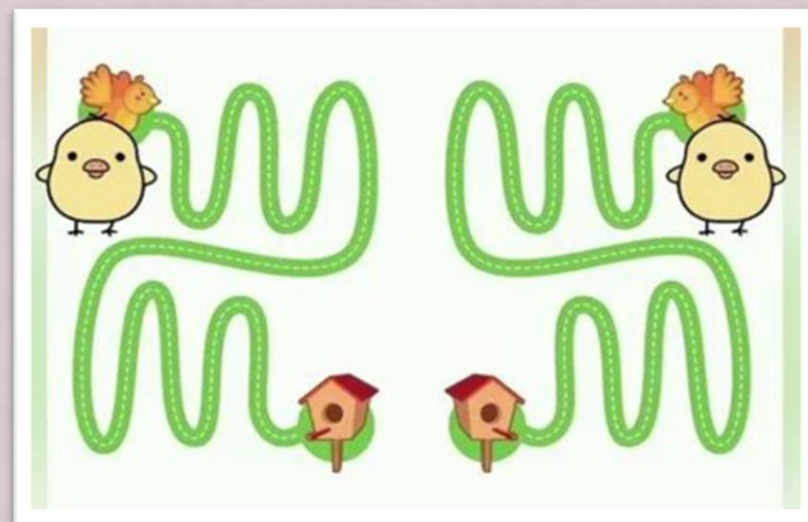
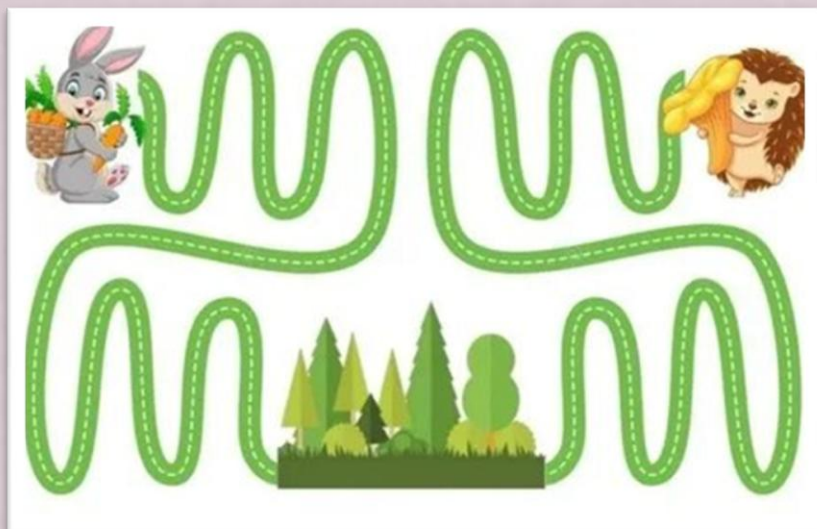
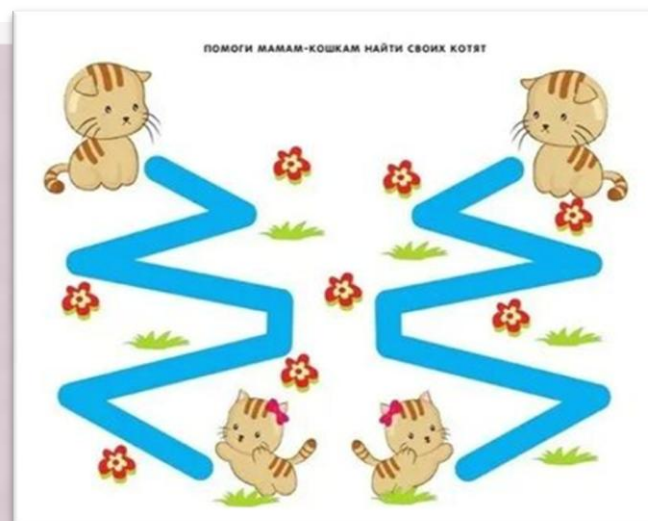


### «Симметричное рисование»

(ребенок одновременно двумя руками рисует симметричные линии, проговаривая слова и слоги)



# НЕЙРОИГРЫ И НЕЙРОУПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ МЛАДШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ



# НЕЙРОИГРЫ И НЕЙРОУПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ

**Нейроупражнение.**  
Тальчиком левой руки, нажимай на кружочек, а правой рукой показывай жест такого же цвета.  
Упражнение делай одновременно двумя руками.

ДВИГАЯСЬ ПО ПОЛЮ ПАЛЬЧИКОМ ПРАВОЙ РУКИ, ЛЕВОЙ РУКОЙ НАЖИМАЙ НА ЛАДОШКУ НУЖНОГО ЦВЕТА

**Нейрозарядка "Буквы".**  
Пальцами двух рук, одновременно нажимай на одинаковые буквы

**Покажи и назови**  
Нижний цвет. Правая рука показывает количество пальцами. Левая рука показывает позу

## Почему нейроподход важен в физическом развитии?.....

### Главный эффект – дети быстрее включаются в работу, меньше отвлекаются и лучше усваивают материал

- Движение + когнитивная задача = формирование новых нейронных связей;
- Нейроупражнения развивают мозолистое тело (связь полушарий), что улучшает чтение, письмо, счет;
- Помогает гиперактивным детям научиться торможению, а медлительным – активизации

#### Упражнение «Перекрестные шаги»

**Цель:** активация обоих полушарий, снятие стресса

Стоя, поднимаем правое колено – касаемся левой рукой. Левое колено – правой рукой. (можно вариант: за спиной – касание пятки противоположной рукой – «скручивающий» шаг)

#### Нейродинамическая разминка «Лягушка-заборчик»

**Цель:** удержание двух движений, внимание

Сидя на полу, ноги врозь. Руки – одна в «лягушку» (локоть внутрь, пальцы в стороны), другая – в «забор» (пальцы сжаты, ладонь ребром). Меняем положение ног – стопы то соединяем, то разводим в ритме.

**Упражнение  
с двумя мячами  
(или мешочками)**

**Цель:** концентрация внимания,  
развитие координации

Подбросить правой рукой – поймать левой. И наоборот. Затем одновременно подбросить оба и поймать крест – накрест.

Для начинающих – катание двух мячей по столу в разные стороны (один – по кругу, другой – туда – обратно)

**Нейроигра  
«Запрещенное движение + звук»**

Педагог показывает движение – присед, прыжок, хлопок. Одно движение (например, руки вверх) – запрещено. Вместо него нужно топнуть. Как усложнение - добавляем звуковой сигнал – вместо «запрещено» - крик «ОП»

**Нейроигра  
«Нос – пол – потолок»**

По команде «НОС» – касаемся носа.  
«ПОТОЛОК» – тянемся вверх,  
«ПОЛ» – приседаем и касаемся пола.  
Чередуются в разной последовательности.  
Задача – выполнить движение по команде, не отвлекаясь

**Нейроигра  
«Сделай наоборот»  
(с прыжками и поворотами)**

Ведущий – прыжок вперед, а дети – назад.  
Прыжок влево – а дети вправо. Усложнение – одновременно показывать руками другое направление (дивергенция)

**Музыкальные занятия** – это идеальная среда, где ритм, звук и движение объединяются для развития межполушарных связей, слухового внимания и чувства темпа

### **Почему нейроподход на музыкальных занятиях особенно эффективен?**

- Музыка задает ритмическую сетку, которая помогает мозгу прогнозировать и синхронизировать действия;
- Пение + движение = вовлечение правого (интонация, тембр) и левого (речь, счет, логика ритма) полушарий;
- Работа с двумя руками (инструменты, жесты) под музыку напрямую тренирует мозолистое тело.

Нейроигры на музыке не требуют музыкальной одаренности. Они работают на любом материале: от любой погремушки до пения по нотам. **ГЛАВНОЕ** – регулярное включение заданий на дивергенцию (руки делают разное), подавление зеркального повторения и смену ведущей руки.

#### **Упражнение**

#### **«Ритмическое зеркало»**

**Цель:** точное повторение ритма с перекрестными движениями

- Педагог отбивает простой ритм (две восьмые – четверть) по коленям.

- Дети повторяют, но левой рукой – по правому колену, правой – по левому.

Усложнение – на сильную долю – хлопок, на слабую – шлепок по коленям крест - накрест

<p style="text-align: center;"><b>Нейроигра</b> <b>«Дирижёр – переключатель»</b></p> <p><b>Цель:</b> переключение внимания, торможение, реакция на смену сигнала</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Педагог дирижирует: правая рука – дети поют «ля-ля», левая – топают, обе руки вверх – хлопают</li> <li>- Через 10 секунд меняется правило: правая рука – топать, левая – хлопать.</li> </ul> <p>Нейросложность: дирижёр может показывать одно, а называть другое</p>
<p style="text-align: center;"><b>Нейроритмика</b> <b>«Два темпа»</b> (разные движения для рук и ног)</p> <p><b>Цель:</b> независимость движений</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Под спокойный марш: руками делаем «восьмерки» в воздухе (правая – свою, левая – свою), а ногами шагаем в ритме пунктира</li> <li>- Под быструю польку: одна рука «дирижирует» на 2/4, другая рисует круги, ноги пружинят в контрастном ритме</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b>Нейроупражнение с шумовыми инструментами</b> <b>«Левый – правый – вместе»</b></p> <p><b>Цель:</b> дифференциация полушарий, слухо-моторная координация</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- В левой руке – маракас (или коробочка), в правой – колокольчик (или ложки)</li> </ul> <p>Задание:  На счет 1 – только левая рука (ш-ш-ш)  На счет 2 – только правая (динь-динь)  На счет 3 – одновременно (ш-ш-ш и динь-динь)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Потом необходимо поменять инструменты местами. Добавить ноги (притоп на каждый удар)</li> </ul>

<p style="text-align: center;"><b>Нейроигра</b> <b>«Поём – показываем разное»</b></p> <p><b>Цель:</b> разделение голосовой и моторной программ</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Поём попевку «Дождик, дождик, пуще» – руками показываем «пальчики здороваются»</li> <li>- Через фразу – поем тоже самое, но руками «качаем куклу» (одна рука вниз, другая вверх). Затем – одна рука «ножницы», другая – «коза»</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b>Нейроупражнение</b> <b>«Двуручное пианино на коленях»</b></p> <p><b>Цель:</b> поочередная и одновременная работа рук в разных ритмах</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Левая рука стучит по левому колену ровными четвертями. Правая – по правому колену – восьмушками (в два раза чаще)</li> <li>- Затем меняем: левая – восьмушки, правая – четверти.</li> </ul> <p>Можно под метроном или песню с контрастным ритмом</p>
<p style="text-align: center;"><b>Нейроигра</b> <b>«Эхо с помехой»</b></p> <p><b>Цель:</b> слуховое внимание, торможение зеркальных нейронов</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Педагог поет короткую фразу (ми – соль –ля) и одновременно показывает движение (например, круговое вращение кистью). Дети должны повторить только голосом, а движение – подавить</li> <li>- Через раз: повторить - только движение, голос - подавить</li> </ul>

**Благодаря простоте и увлекательности - нейроигры и нейроупражнения являются эффективным инструментом.**

**Только регулярное выполнение нейрогимнастических игр приносит ребенку пользу, а именно:**

- достигается слаженная работа различных зон правого и левого полушария;
- речь начинает соответствовать или приближаться к возрастной норме;
- совершенствуются когнитивные возможности: внимание, память, мышление; пространственные представления;
- движения (рук и органов артикуляции) становятся эффективны, точны, упорядочены и быстры;
- повышается способность к самоконтролю, саморегуляции и преодолению трудностей;
- возрастает самооценка ребёнка;
- увеличивается скорость восприятия и обработки информации, которая поступает из окружающей среды;
- повышается физическая и умственная работоспособность;
- развивается мелкая моторика пальцев рук;
- ускоряется процесс развития физиологических способностей к выполнению ассиметричных и симметричных движений.