



**«Использование нейроигр и упражнений
на гимнастике и занятиях по физической
культуре с детьми дошкольного возраста»
Открывая новые горизонты**

**Подготовила: воспитатель младшей
разновозрастной группы**

Дударева Н.П.

Нейроигры - это различные телесно-ориентированные упражнения, которые позволяют через тело воздействовать на мозговые структуры.

Цели нейроупражнений:

- **синхронизация развития полушарий;**
- **развитие мелкой моторики;**
- **развитие координации, ловкости;**
- **развитие памяти, внимания;**
- **развитие речи и мышления.**

Немаловажное достоинство нейроупражнений — отсутствие противопоказаний.

Нейрогимнастика состоит из простых и доставляющих удовольствие упражнений и игр. С помощью специально подобранных упражнений организм координирует работу правого и левого полушарий и развивает взаимодействие тела и интеллекта. Для 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.



A decorative border surrounds the text, featuring various sports equipment icons such as a tennis racket, a basketball, a football, a volleyball, a tennis ball, and a pair of glasses, arranged in a repeating pattern along the top and bottom edges.

При выполнении нейроупражнений используются балансиры. Занятия на балансире воздействуют на мозжечок, который отвечает за эмоциональную и умственную составляющие. Выполняя упражнения на балансире, развивается координация, укрепляются мышцы тела, улучшается мозговая деятельность, вырабатывается чувство равновесия.

Доски для балансировки представляют собой лишенную устойчивости поверхность, на которой необходимо удержаться. Следует отметить, что сделать это непросто, поскольку требуется хорошая координация и умение балансировать.

Такой тренажер многие используют для отработки основных движений в серфинге и сноуборде. Детям будет интересно и весело балансировать на платформе. К тому же, это очень полезно для здоровья ребенка. При выполнении даже несложных движений, приходится напрягать самые мелкие мышцы тела для удерживания равновесия.

В настоящее время существует огромное количество балансиров, отличающихся по форме, высоте, устойчивости, набору функций и т.д. Балансир может быть деревянным или пластиковым. Приступать к занятиям на тренажере можно уже по достижении ребенком возраста 1 года. При выборе правильного балансира необходимо руководствоваться степенью физической подготовки ребенка и его возрастом.



Балансборд— балансирующая платформа, нейротренажер для развития у детей вестибулярной и пропорциональной системы, отвечающей за распознавание положения тела в пространстве. Ребенок встает на поверхность балансирующей доски, которая укреплена на двух полусферах, и пытается удержать равновесие. Занятия на балансирующей доске способствуют повышению концентрации внимания, являются профилактикой нарушений осанки, улучшают моторно-зрительную координацию, укрепляют мышцы, развивают пространственное воображение и повышают уровень интеллекта.

Благодаря балансиру ребенок научится кататься на сноуборде и скейтборде и другом снаряжении, где необходимо держать равновесие. Благодаря рельефной поверхности для ступней, занятие на балансборде повышает комфорт и безопасность использования. Упражнения, выполняемые на Балансборде, улучшают формирование схемы тела, способствуют развитию координации движений и моторной ловкости, тренируют работу вестибулярного аппарата, мозжечка и других мозговых структур.



Лабиринт – вид тренажера рассчитан на детей от 4-х лет. Необычность такого балансира заключается в наличии встроенного лабиринта с шариком. Помимо сохранения равновесия, ребенок должен сосредоточиться на движении шарика.



Упражнения на удерживание равновесия способствуют улучшению осанки, гибкости и укреплению опорно-двигательного аппарата при условии минимального воздействия на суставы.





Островки – платформы или поверхность, которые имеют ребристую структуру, предотвращающую скольжение и обеспечивающую устойчивость. В процессе передвижения по таким камушкам, дети развивают точность движений и координацию. Помимо этого, хождение по таким «островкам» является хорошей профилактикой плоскостопия.

Балансировочные дорожки - отличный детский гимнастический тренажер для баланс, предназначен для развития чувства равновесия, координации и укрепление мышечного каркаса. Балансир для детей хорошо подходит для занятий по физкультуре, и тренировки ловкости и чувства равновесия. Нейротренажер для ног позволяет укреплять вестибулярный аппарат, это достигается благодаря активной работе всего тела при балансировании на тренажере. Проводите веселые эстафеты и спортивные игры для маленьких детей, развивая их скорость, зрительную память, пространственную ориентацию и владение своим телом. Балансир игра - отличный способ проводить время с детьми и получать удовольствие от занятий спортом. Также нейродорожка помогает развивать межполушарное взаимодействие. Тренировка на балансборде помогает развитию мозга и центральной нервной системы, крупной моторики и общей физической подготовки, научит детей держать баланс.



**Балансир из спортивного инвентаря (гимнастические палки и мяч любого диаметра).
Тренирует координацию, способность правильно дозировать силу, направленность, скорость,
расстояние движений. Идущие в кору головного мозга нервные импульсы от двигающихся рук
стимулируют его активную деятельность.**



Нейротренажер «Кольца» - Спортивный набор нейротренажер для детей и взрослых включает в себя все необходимое для кинезиологических упражнений, позволяющих активизировать межполушарное взаимодействие, улучшающих память, внимание, речь, пространственные представления, мелкую и общую моторику. Игровой набор нейротренажер для детей многофункциональный.



Тактильные мячики (сенсорные мячи) полезны для разностороннего развития ребёнка. Тактильные мячи стимулируют координацию движений и мелкую моторику, поскольку ребёнок учится удерживать, перекатывать и бросать мяч. Помогают развивать силу рук и кистей, а также гибкость пальцев.

Некоторые преимущества:
Сенсорная интеграция. Развитие когнитивных навыков.
Эмоциональное благополучие.
Социальные навыки. Развитие зрительно-моторной координации.
Стимуляция творческого мышления

Они позволяют начать занятия с самого раннего возраста. Со временем можно усложнить задания, добавив к ним упражнения, в которых используется балансировочная подушка и яркие, красочные колечки.





Игра в классики полезна по следующим причинам:

- **Развивает связи между правым и левым полушариями мозга. Помогает ребёнку научиться владеть своим телом, контролировать его и повелевать им. Развивает глазомер и чувство равновесия. Даёт хорошую нагрузку на ноги. Формирует положительные навыки крупной моторики, координации в пространстве и в собственном теле. Укрепляет голеностопный сустав. Развивает мыслительные процессы и помогает детям закрепить счет, цвет и форму. Учит управлять своим поведением в соответствии с правилами. Это важно для подготовки к обучению в школе.**

Такая нейрогимнастика для детей не только укрепит их физически, но ускорит интеллектуальное развитие.



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

Иван Петрович Павлов

**СПАСИБО
ЗА ВНИМАНИЕ!**