

Нейрогимнастические игры, как средство развития речи детей старшего дошкольного возраста

Консультация учителя-логопеда Андреевой И.Ю. для родителей и педагогов

Нейрогимнастика — это популярное название двигательной нейропсихологической коррекции (или сенсомоторной коррекции). Это немедикаментозный вид помощи детям, имеющим различные неврологические заболевания и синдромы, такие как: ЗПР, СДВГ, РАС, алалия, дизартрия и другие. А также нейрогимнастика полезна нейротипичным детям для общего психофизического развития, она направлена на коррекцию различных нарушений ребёнка с целью восстановления у него нормального функционирования мозга. Метод образовательной кинезиологии (гимнастика мозга) применяется не только для коррекции развития детей с ОВЗ, но и для развития высших психических функций у нормально развивающихся детей, вплоть до одаренности. С помощью специально подобранных упражнений организм координирует работу правого и левого полушарий и развивает взаимодействие тела и интеллекта. Каждое из упражнений нейрогимнастики способствует возбуждению определенного участка мозга и включает механизм объединения мысли и движения, также способствуют развитию координации движений и психофизических функций. Под влиянием кинезиологических тренировок в организме происходят положительные структурные изменения. Сила, равновесие, подвижность, пластичность нервных процессов осуществляется на более высоком уровне. Совершенствуется регулирующая и координирующая роль нервной системы. Гимнастика мозга позволяет выявить скрытые способности человека и расширить границы возможности деятельности его мозга. Нейрогимнастика — это универсальная система упражнений, она эффективна и для детей, и для взрослых в любом возрасте. Но особенно актуально применение кинезиологических упражнений у детей с проблемами в развитии. 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.

При этом упражнения следует проводить с соблюдением определенных рекомендаций, чтобы эффективность занятий была максимально высокой:

- средняя продолжительность занятий – 5-7 минут;
- регулярность нейрогимнастики, т.е. упражнения нужно проводить каждый день, не пропуская;
- тренировки должны быть интересны (на занятиях должна царить доброжелательная атмосфера, поэтому можно включать музыку, которая нравится);
- задания усложняются постепенно, за счет увеличения темпа выполнения упражнений;
- важно следить за правильностью выполнения упражнений;
- не нужно перегружать ребенка, стремясь выполнить максимальное количество упражнений, достаточно 5-6.

Регулярное выполнение нейрогимнастических игр приносит ребенку пользу:

- улучшает функции долгосрочной памяти;
- обеспечивает более быстрое восприятие и обработку информации, которая поступает из окружающего мира;
- повышает физическую и умственную работоспособность;
- стимулирует развитие мелкой и более крупной моторики пальцев рук;
- ускоряет процесс развития физиологических способностей к выполнению асимметричных и симметричных движений;

Игры выборочно можно включать в любые занятия как разминку, переключение с одного вида деятельности на другое, или если у детей рассеялось внимание.

1. «Кулак – ребро – ладонь»

Ведущий показывает ребенку три положения ладони на столе, последовательно сменяющих друг друга: раскрытая ладонь на столе, ладонь, сжатая в кулак, ладонь ребром на столе. Сначала упражнение выполняется вместе с ведущим:

- а) ладонью правой руки;
- б) ладонью левой руки;
- в) обеими ладонями одновременно.

2. «Лезгинка»

Ребенок складывает левую руку в кулак, большой палец отставляет в сторону, кулак разворачивает пальцами к себе. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикасается к мизинцу левой. После этого одновременно меняет положение правой и левой рук в течение 6-8 смен позиций. Необходимо добиваться высокой скорости смены положений.

3. «Кольцо»

По очереди и как можно более быстро перебирать пальцами рук, соединяя их в кольцо с большим пальцем (последовательно: указательный, средний, безымянный и мизинец). Упражнение повторять в прямом порядке (от указательного пальца до мизинца) и в обратном (от мизинца до указательного).

4. «Цепочка»

По очереди и как можно быстрее перебирать пальцами рук, соединяя их в кольцо с большим пальцем (поочередно: указательный, средний, безымянный и мизинец). В «кольцо» попеременно пропускаем «кольца» из пальцев другой руки. Упражнение повторять в прямом порядке и в обратном.

5. «Нос-ухо»

Левой рукой держимся за правое ухо, правой рукой – за нос, затем хлопок и меняем положение: правой рукой – за левое ухо, левой рукой – за нос.

6. «Путаница»

Нужно положить правую ладонь на голову, левую — на живот. Затем поглаживайте по голове от макушки к лицу, а живот поглаживайте круговыми движениями.

7. «Молоток-пила» (упражнение выполняется либо на столе, либо на коленях)

Левой рукой как бы пилим пилой, правой в это же время «забиваем молотком гвозди».

8. «Двойной рисунок»

Это одновременное рисование обеими руками сразу.

9. Игра с передачей мяча

Играют двое участников. Игроки передают друг другу мяч, выполняя словесную инструкцию. Одной рукой игрок передаёт мяч, другой – принимает. Играя, автоматизируем звуки, обогащаем словарь по лексической теме, развиваем грамматический строй речи и т.д. (например: игрок, передающий мяч проговаривает твёрдый согласный звук «м», второй в ответ - мягкий согласный звук «м'» или первый игрок называет слово, второй-слово противоположное по значению).

10. «Класс – заяц»

Левой рукой показывать «класс», правой – «зайчика». Одновременно менять положение рук и постепенно наращивать скорость.

11. «Здравствуй пальчик»

Предлагаем ребенку соединять пальчики правой руки, произнося слоги с согласным «Ш», а левой руки, с согласным «С». Усложняется работа, если давать слоги в разнобой.

12. Игры с мячом на ассоциации

Взрослый произносит слово и кидает мяч, а ребенок ловит мяч и называет слово, связанное со словом взрослого, например: взрослый говорит: «Небо», а ребенок отвечает: «Облако» – и кидает мяч взрослому. Дети и взрослый кидают друг другу большой мяч с разных расстояний и ловят двумя руками. Сначала лучше кидать в руки, потом немного правее, левее, выше, ниже. Дети должны уметь кидать мяч, подавая его двумя руками снизу, сверху, по воздуху или ударяя об пол. Надо стараться не прижимать мяч к себе, а ловить его только руками.

13. «Заяц-колечко»

Ребенок левой рукой показывает «зайчика», правой - «кольцо» (большой палец соединяет с указательным). После этого одновременно меняет положение правой и левой рук в течение 6-8 смен позиций. Необходимо добиваться высокой скорости смены положений.

14. «Дом-ёжик-замок»

Ведущий показывает ребенку три положения рук, последовательно сменяющих друг друга: соединяет все пальцы - изображает «крышу домика», соединяет руки в замок, при этом поднимает пальцы вверх - «иголки у ёжика», опускает пальцы - «замок».

15. «Перекидывание мяча»

Взрослый кидает мячик, говорит звук и называет слово, а ребенок кидает мячик обратно и называет место звука в слове (где слышит звук: в начале, в конце, в середине).

16. «Кулак- ладонь»

Одновременно сжимать в кулак распрямленную ладонь одной руки и разжимать кулак другой руки. (усложнение-ускорение, рассказывание скороговорки).

Подводя итог, следует отметить, что регулярное использование нейроигр оказывает положительное влияние на коррекционный процесс обучения, развитие интеллекта и улучшает состояние физического, психического, эмоционального здоровья и социальной адаптации детей, снижает утомляемость, повышает способность к произвольному контролю, что в свою очередь, способствует коррекции недостатков развития.