

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
муниципального образования город Краснодар
«Детский сад комбинированного вида № 70 «Берёзка»**

**Консультация для родителей
«Использование элементов нейрогимнастики на занятиях по
физической культуре в ДОУ»**

Подготовила и провела
инструктор по физической
культуре Дубровская М.А.

В системе дошкольного образования наблюдаются значительные преобразования, вызванные изменением научной, материальной, методической базы обучения и воспитания детей дошкольного возраста. Одним из важных условий обновления является использование инновационных технологий. Это позволяет, с одной стороны повысить эффективность образовательного процесса, с другой - в большей степени применить индивидуальный подход в процессе обучения.

С каждым годом в дошкольных учреждениях увеличивается количество детей с разными нарушениями: задержка речевого развития, нарушение координации движений, гиподинамия, все эти дети нуждаются в специализированной помощи. Но не всегда есть возможность оказать такую помощь ребёнку, и вся нагрузка ложится на педагогов дошкольных учреждений – воспитателей, инструктора по физической культуре. Причина этих расстройств – нарушение в работе головного мозга. Поэтому в период от 3 до 7 лет, когда кора больших полушарий головного мозга ещё окончательно не сформирована, важно уделить внимание развитию познавательных процессов и двигательной деятельности. В этом вопросе поможет – нейрогимнастика.

Нейрогимнастика – это универсальная система упражнений для развития мозга, которая относится к кинезиологическим упражнениям. Это комплекс упражнений, направленных на активацию естественных механизмов работы мозга через выполнение физических движений. Нейрогимнастика – это универсальная система упражнений для развития мозга, которая относится к кинезиологическим упражнениям. Это комплекс упражнений, направленных на активацию естественных механизмов работы мозга через выполнение физических движений.

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.

Чтобы помочь детям справиться с трудностями, на занятиях по физической культуре использую нейропсихологические игры и упражнения. Благодаря, которым решаются следующие задачи

1. Ребёнок учится чувствовать в пространстве своё тело
2. Развивается зрительно-моторная координация.
3. Формируется правильное взаимодействие рук ног.
4. Формируется слуховое и зрительное внимание.
5. Ребёнок учится последовательно выполнять действия.

Приступать к выполнению гимнастики лучше в среднем дошкольном возрасте 4-5 лет. В старшем дошкольном возрасте детям можно предложить более сложные упражнения, которые учитывают специфику возрастного развития. Использовать эти игры и упражнения лучше каждый день. Важно чтобы каждое упражнение выполнялось точно и правильно, не более 4-5 упражнений на физкультурном занятии. Игры и упражнения выполняются из разного исходного положения, сидя, лёжа, стоя. Перед тем как дать новое упражнение инструктор по физической культуре должен показать все движения самостоятельно детям. Затем проконтролировать, чтобы дети повторили данные действия без ошибок. Использовать эти игры можно в конце физкультурного занятия.

Регулярное использование нейрогимнастики помогает 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.