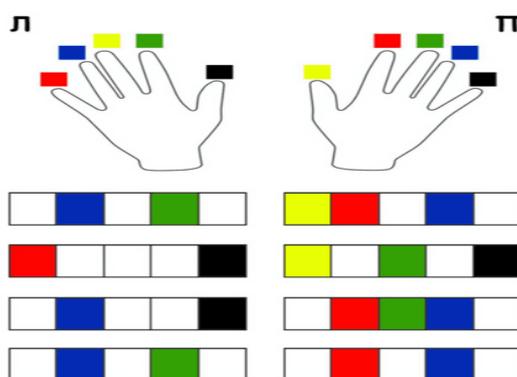


Консультация для родителей «Мамина школа»

«Нейроигры в условиях дома»



Подготовил
педагог-психолог
Твердохлебова О.И.

- Здравствуйте, уважаемые родители!

Сегодня, к сожалению, все чаще и чаще встречаются дети с общей моторной неловкостью, неустойчивостью и истощаемостью нервных процессов, снижением внимания, памяти, общей работоспособности, двигательной расторможенностью или заторможенностью, эмоционально-волевыми проблемами, трудностями формирования пространственных представлений, речевых процессов, письма, чтения, математических навыков.

Почему же наблюдается такая ситуация?

Причин довольно много. Это и биологические, социальные и экологические факторы, влияющие на состояние здоровья и развитие наших детей. Но ещё одна немаловажная причина, — это малоподвижный образ жизни наших детей, а как мы знаем, ребёнок развивается в движении!

Недостаточность физической активности ведёт к плохому снабжению головного мозга кислородом, несформированной координации движений, не развитой ориентировки в пространстве, не развитого чувства ритма, а также дисгармоничному развитию межполушарных связей.

Нейропсихологи утверждают, что нарушение межполушарного взаимодействия является одной из причин моторной неловкости, невнимательности, недостатков речи, чтения и письма.

Межполушарное взаимодействие – это особый механизм объединения левого и правого полушария в единую интегративную, целостно работающую систему. Развитие межполушарных связей построено на упражнениях и играх, в ходе которых задействованы оба полушария мозга. При недостаточном взаимодействии правого и левого полушарий мозга у ребёнка могут возникать трудности в обучении письму и чтению, а также двигательная расторможенность. Современные методики в образовании и воспитании не стоят на месте. С их помощью можно отлично развить мозг, улучшить межполушарные связи.

Давайте вспомним как работает наш мозг. Мозг человека состоит из двух полушарий, и каждое из них выполняет свои особые функции. Левое отвечает за речь, логику, анализ, математические способности. Правое – за восприятие информации на слух, планирование, креативность, образное мышление. Для слаженной работы мозга необходимо взаимодействие полушарий.

Нейропсихология- наука на стыке психологии и нейронауки, нацелена на понимание связи структуры и функционирования головного мозга с психическими процессами. Нейропсихологический подход доказан не только наукой, но и практикой.

Основоположниками отечественной нейропсихологии являются- Лев Семёнович Выготский и Александр Романович Лурия, они отмечали, что ВПФ возникают на основе относительно элементарных моторных и сенсорных процессах. Межполушарные связи формируются вплоть до 12–15 лет. Но особое значение ученые придают возрастному периоду от 3 до 8 лет. Именно в этом возрасте закладывается интеллектуальная основа – зрительное, слуховое, кинетическое, зрительно-моторное, слухомоторное восприятие, смысловое различение звуков и многое другое.

Нейропсихологами замечено, что при выполнении определённых физических действий образуется огромное количество нейронных связей и как следствие, повышается способность к обучению. Помочь в этом могут нейропсихологические упражнения и игры. Нейропсихологические игры развивают и корректируют механизмы мозговой деятельности ребенка. При этом воздействие нейропсихологических упражнений и игр имеет как немедленный, так и накапливающий эффект, способствующий повышению умственной работоспособности, оптимизации интеллектуальных процессов, активизации его энергетического потенциала.

Нейроигры – это комплекс простых упражнений или игр, которые способствуют развитию интеллектуальных возможностей головного мозга, дают дополнительную энергию и повышают выносливость и способность к любой работе в любом возрасте. Это умственная гимнастика, аэробика или Фитнес для мозга, направленная для улучшения мыслительной деятельности. Главная суть игр — это работа двумя руками одновременно. Их можно использовать как в домашней обстановке, так и в путешествиях.

Такие игры полезны и взрослым, и детям, ведь они проходят в игровой форме, имеют эмоциональную привлекательность, многофункциональны, сочетаются с двигательной активностью, формируют партнерское взаимодействие между ребенком и взрослым.

Нейроигры помогают решить следующие задачи:

- ребёнок учится чувствовать пространство, свое тело;
- развивается зрительно-моторная координация (глаз-рука);
- формируется правильное взаимодействие ног и рук;
- ребёнок учится последовательно выполнять действия;
- развивается слуховое и зрительное внимание.

Каким детям будут полезны нейроигры?

- если ребёнок ведет себя очень активно, «не слышит» взрослых, на замечания не реагирует или, наоборот, чересчур медлительный и пассивный; заметна эмоциональная нестабильность, резкие перепады настроения, слезы, капризы;
- путает «лево» и «право», сезоны, жалуется на память, плохо чувствует время;
- плохо ориентируется в пространстве, не может скоординировать движения;
- медленно переключается с одного действия на другое;
- присутствуют навязчивые движения (почёсывания, рисует/пишет с высунутым языком, грызёт ногти и т. д.);
- быстро утомляется, не может сосредоточиться на задании, тяжело осваивает чтение, грамоту и счёт;
- проблемы с речью разной сложности;
- наблюдается слабая познавательная деятельность;
- плохо развита мелкая и общая моторика.

Прежде чем приступить к нейропсихологическим упражнениям для детей, убедитесь, что ребёнок в хорошем настроении. Не настаивайте и не перегружайте малыша занятиями, иначе достичь нужного эффекта не

получится. Ребёнок начнёт протестовать и вовсе откажется от каких-либо совместных игр. Комбинируйте разные упражнения, чередуйте подвижные и спокойные занятия. Начинайте с простых и доступных для малыша игр, чтобы он видел, что может с ними справиться. Постепенно добавляйте более сложные упражнения. Достаточно проводить занятия в течении 7-10 минут, главное – регулярно. Не забывайте хвалить ребёнка за успехи, не акцентируйте внимание на том, что не получается.

- Уважаемые родители, предлагаю вам сейчас выполнить несколько нейроигр и упражнений.

Тест -упражнение «Назови цвет» (см. приложение)

Посмотрите на экран: вам надо не читать слова, написанные на нем, а назвать цвета, которыми они написаны. И делать это надо как можно быстрее!

- Пугаетесь? Это объясняется конфликтом левого и правого полушарий: левое стремится прочесть слово, а правое - назвать цвет, которым оно написано.

Игра «Колечко»

- Поочередно и как можно быстрее необходимо перебирать пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т. д. Выполняется в прямом (от указательного пальца к мизинцу) и в обратном (от мизинца к указательному пальцу) порядке. Сначала потренируйтесь складывать «колечки» каждой рукой отдельно, затем вместе.

Игра «Кулак-ребро-ладонь»

Показываю на плоскости стола три положения руки, последовательно сменяющих друг друга. «Ладонь» — это ладонь с вытянутыми пальцами тыльной стороной вверх, «кулак» — рука, сжатая в кулак, «ребро» — ладонь, стоящая ребром. Медленно потренируйтесь вместе выполнять эти действия друг за другом. А затем ускорьте игру. Сначала можно играть правой рукой, потом левой, а затем двумя руками вместе. Для более легкого освоения можно помогать себе командами («кулак- ребро-ладонь»), произносимыми вслух или про себя.

Игра «Колпак мой треугольный». Интересная игра на развитие концентрации внимания и двигательного контроля, снятие импульсивности. Родители садятся в круг. Все по очереди, начиная с ведущего, произносят по одному слову из стихотворения: «Колпак мой треугольный, Треугольный мой колпак. А если не треугольный, то это не мой колпак». Затем фраза повторяется, но участники, которым выпадает говорить слово «колпак», заменяют его жестом (легкий хлопок ладошкой по голове). Затем фраза повторяется еще раз, но при этом на жесты заменяются два слова: слово «колпак» (легкий хлопок ладошкой по голове) и «мой» (показать рукой на себя). При повторении фразы в третий раз, заменяются на жесты три слова: «колпак», «мой» и «треугольный» (изображение треугольника руками). Если кто-то из родителей ошибся, он начинает читать стихотворение с начала.

Упражнение «Капитан»

- Одна рука приложена козырьком к бровям, а вторая рука показывает знак «Класс». Меняем руки местами. Через несколько занятий, это упражнение можно усложнить, добавив хлопок между сменой рук.

Упражнение «Зеркальное рисование» (см. приложение)

- Положите на стол чистый лист бумаги. Начните рисовать одновременно обеими руками зеркально-симметричные рисунки (квадраты, треугольники, горизонтальные линии), буквы. При выполнении этого упражнения почувствуете, как расслабляются глаза и руки. Когда деятельность обоих полушарий синхронизируется, заметно увеличивается эффективность работы всего мозга.

Упражнение «Ухо – нос – хлопок»

- Левой рукой возьмитесь за кончик носа, а правой рукой за противоположное ухо. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши, поменяйте положение рук с «точностью до наоборот».

Упражнение «Зеркало»

-Выполнять это упражнение необходимо в паре. Двое родителей встают друг против друга и договариваются о своих ролях: один – ведущий, второй – «зеркало». Руки участников подняты на уровень груди и повернуты ладонями навстречу друг другу. Ведущий начинает производить хаотичные движения руками, а «зеркало» пытается отразить их в том же ритме. Меняются ролями.

Игра с цветными ладошками: перед родителями лежат силуэты цветных ладошек (левой и правой руки). Необходимо дотронуться до ладошек в определенном порядке: - двумя руками одновременно по словесной инструкции взрослого; - двумя руками одновременно, но с опорой на цветные фишки (для каждой руки свои цветные фишки).

Упражнение «Нейротаблицы на внимание» (см. приложение)

- Необходимо одновременно двумя руками находить одинаковые объекты слева и справа. Объекты могут быть абсолютно разные: дикие и домашние животные, цифры, числа, алфавит и т. д. Можно полностью изменить изображения по педагогическим потребностям. Можно играть всей группой на скорость. Можно делиться на команды или научить детей играть вдвоем. Также в эту игру можно играть одному.

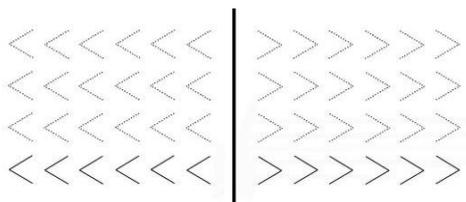
Игра- «Нейродорожки» (см. приложение)

- Необходимо одновременно, указательными пальцами обеих рук, провести пальцами по дорожке.

- Уважаемые родители, сегодня я Вам продемонстрировала малую часть нейроигр, которые позволят создать новые нейронные связи и улучшить межполушарное взаимодействие, которое является основой развития интеллекта, позволят выявить скрытые способности ребёнка и расширить границы возможностей его мозга.

Чтобы нейроупражнения приносили максимальную пользу и доставляли удовольствие и вам, и вашему ребёнку, следует соблюдать несколько рекомендаций:

1. Выполняйте упражнения ежедневно. Хорошее настроение ребёнка — обязательное условие: если ребенок не в духе, перенесите занятие на другое время.
2. Обязательно демонстрируйте все упражнения и помогайте ребёнку правильно выполнять их.
3. Перед сном заниматься не стоит: нейроупражнения бодрят. В остальное время и место не имеют большого значения.



4. Если какое-то упражнение даётся ребёнку легко — пришло время усложнить его и ускорить темп или добавить дополнительные движения.

5. Занимайтесь не дольше 7–10 минут в день в зависимости от возраста ребёнка. Всего в комплексе должно быть не больше 5–6 упражнений.
6. Время от времени меняйте упражнения, чтобы занятия не наскучили ребёнку.

Нейроупражнения - не только лёгкий и увлекательный способ развивать мозг, который подходит как взрослым, так и детям, это ещё и прекрасный вариант совместного времяпрепровождения.

Психолог: - Какие игры или упражнения вам понравились больше всего и почему? (ответы родителей).

- Все представленные игры просты в использовании, не энергозатратны и вполне доступны. Игры легко изготовить дома, из подручных средств. У каждого найдутся фломастеры и бумага, может и мячики от детского сухого бассейна, верёвочки, коробки от бытовой техники, стаканчики и разноцветные тарелочки. Поверьте, Вы отлично проведёте драгоценное время со своим ребёнком, укрепите ваши отношения, и будете способствовать развитию мозга вашего ребёнка. Благодарю за внимание!

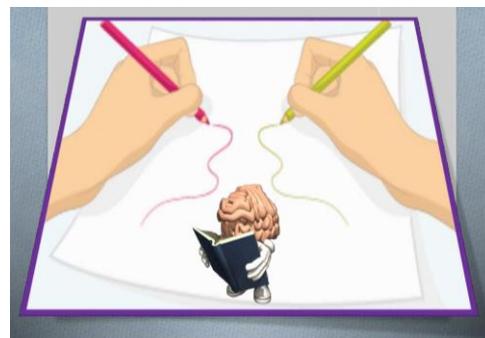
Приложение

1. Тест -упражнение «Назови цвет»

Молоко сметана **творог**

Пенал корова **кошка**

2. Упражнение «Зеркальное рисование»



3. Упражнение «Нейротаблицы на внимание».



4. Игра- «Нейродорожки»

