

ГАУДПО ЛО «ИРО»

Государственное автономное учреждение дополнительного профессионального образования Липецкой области
«Институт развития образования»

ИРО

«НЕЙРОГИМНАСТИКА-ПРОСТО, ВЕСЕЛО, ПОЛЕЗНО»

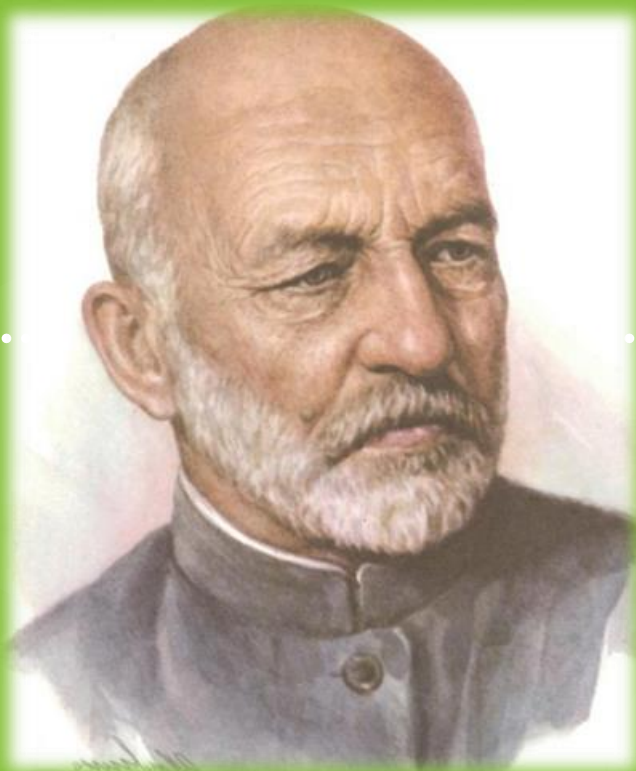
Ушакова Марианна Витальевна

Учитель физической культуры

МБОУ «СОШ с.Конь-Колодезь»

12.04.2024





**С ним ничего не страшно,
никакие испытания;
его потерять – значит потерять
все;
без него нет свободы, нет
независимости,
человек становится рабом
окружающих людей и
обстановки;
оно – высшее и
необходимейшее благо, а между
тем удержать его так трудно!**

•ИРО•





ИРО

Увеличивается количество детей с разными нарушениями (задержка речевого развития, нарушение координации движений, гиподинамия)

.....

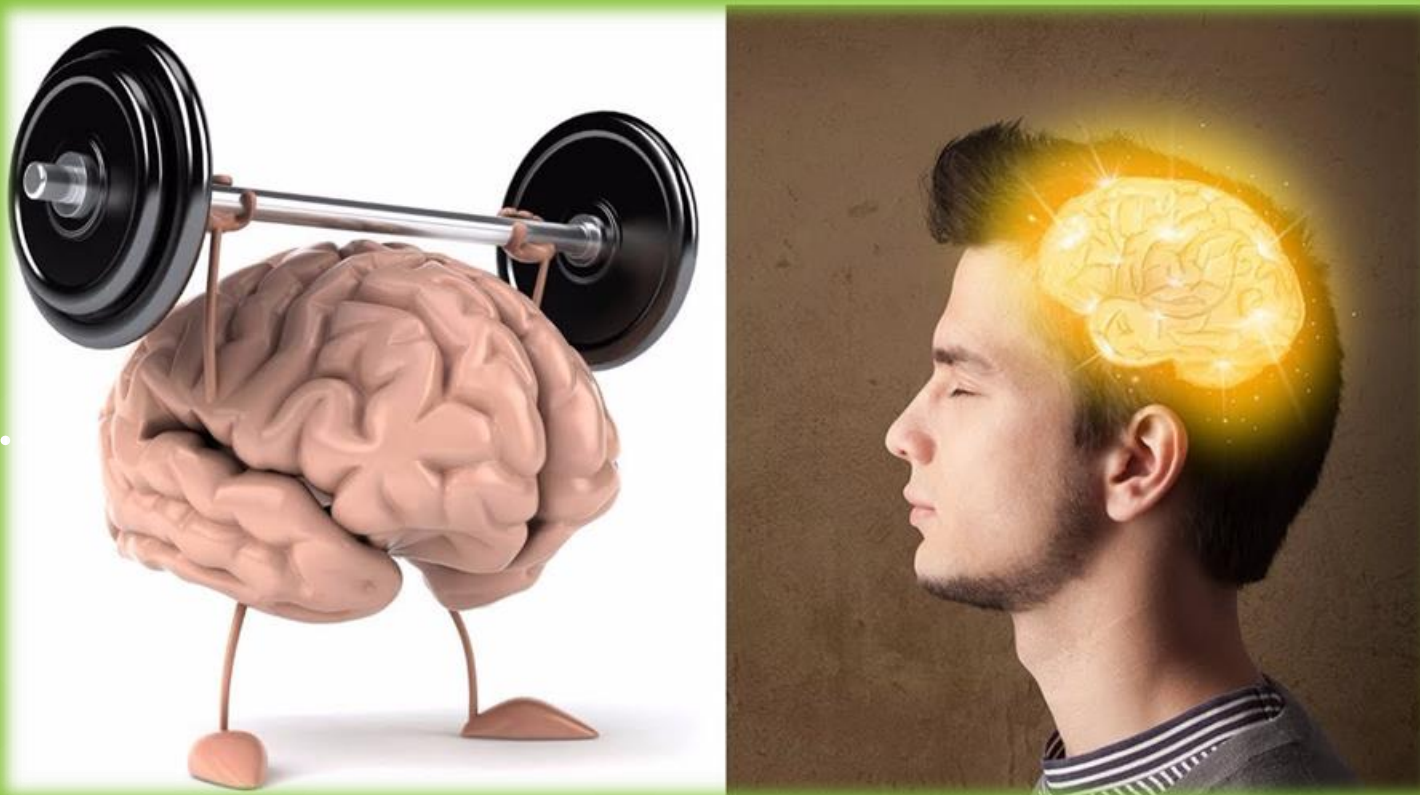




НЕЙРОГИМНАСТИКА– это универсальная система упражнений для развития мозга.

Комплекс упражнений, направленных на активацию естественных механизмов работы мозга через выполнение движений. Она эффективна для детей и взрослых в любом возрасте.





•ИРО•

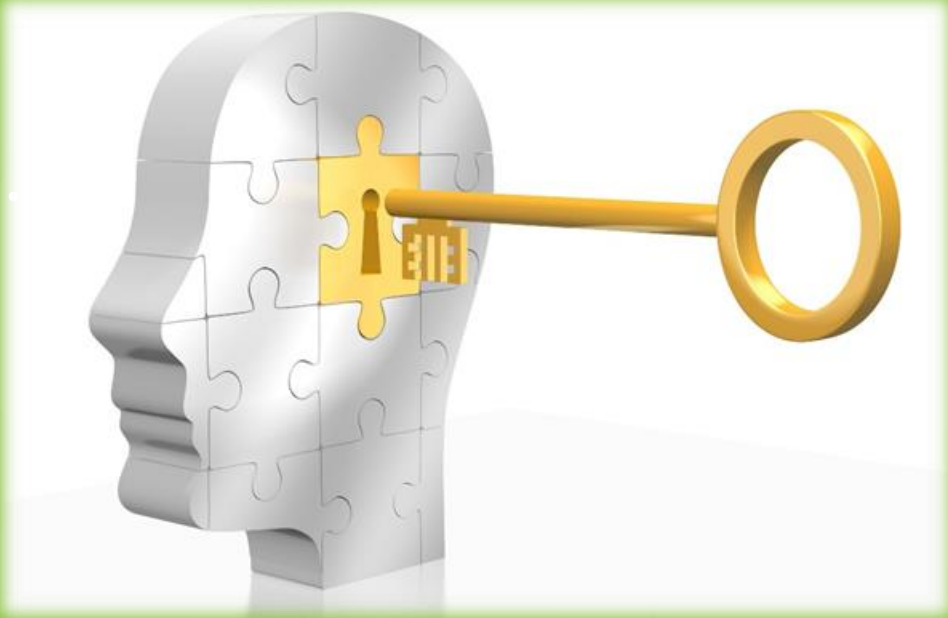
В головном мозге людей всех возрастов под влиянием определенных условий могут возникать новые межнейронные связи, появляются нейроны и кровеносные сосуды.



**Мозг может создать
1000000000000000000000000000000000000
нейронных связей**



•ИРО•



• НЕПРИБЛИЖИТЕ ДЕЙСТВИЯ





НЕРОГИМНАСТИКА представляет собой комплекс упражнений, которые могут выполняться детьми всех возрастных групп.

Цели нейрогимнастических упражнений:

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



Общеразвивающие упражнения -
разнообразные задания связанные с
разноименной работой ног и рук, а
также дополнительные задания для
рук, счет, словесные дополнения при
выполнении привычных упражнений.

•ИРО•



Упражнения и игры с мячом

С мячом можно проводить игры и упражнения, как индивидуальные, парные, так и командные, общие.

Они могут быть разными: кидать мяч двумя руками одновременно, как вперёд, так и назад (за спину) – просто, а можно в цель;

подбрасывать и перекидывать одной рукой, а ловить другой;

сбивать мишень;

отбивать о стену – ловить, перепрыгивать через него и т.д и.

Чем более разнообразных размеров, форм, фактур и веса мяч используется, тем больше условий для развития ребёнка.



Полоса препятствий

Чем сложнее, тем лучше.

-Ползание – необходимо для освоения нижнего поля зрения, для скоординированной работы нижней и верхней половины тела, для поочерёдного включения правого-левого полушария головного мозга.

-Прыжки – развитие ритма, координации, зрительного восприятия и внимания.

-Ходьба по канату- направлена на координацию движения в заданном направлении, так же эти задания способствуют развитию самоконтроля, развивает внимание и память.



Используя на занятиях по физической культуре нейроигры и упражнения решаются следующие задачи:

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



Достоинство нейрогимнастики — отсутствие противопоказаний



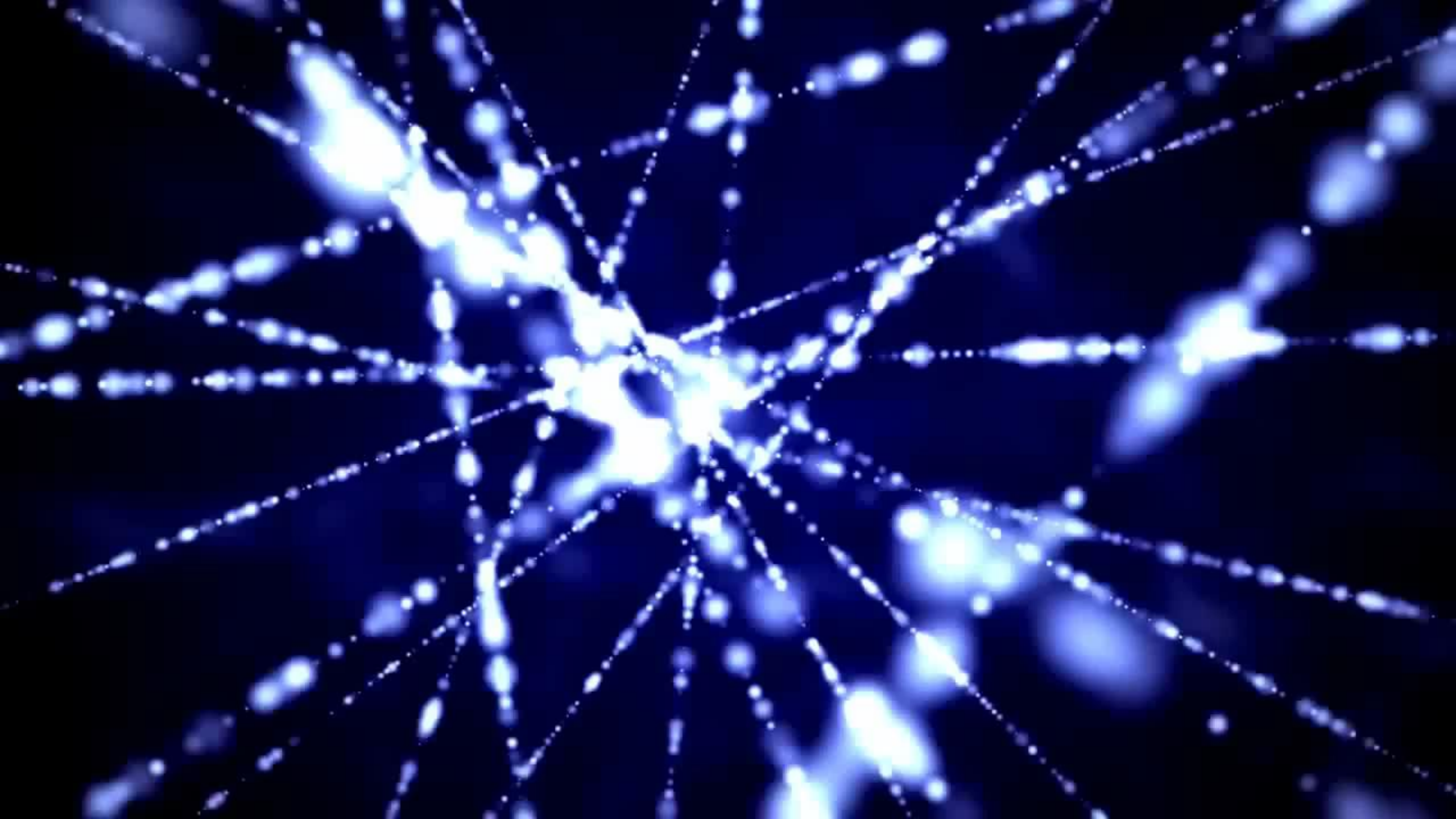


В результате этого новый учебный материал по любому предмету воспринимается более целостно и естественно, как бы умом и телом, и поэтому лучше запоминается.



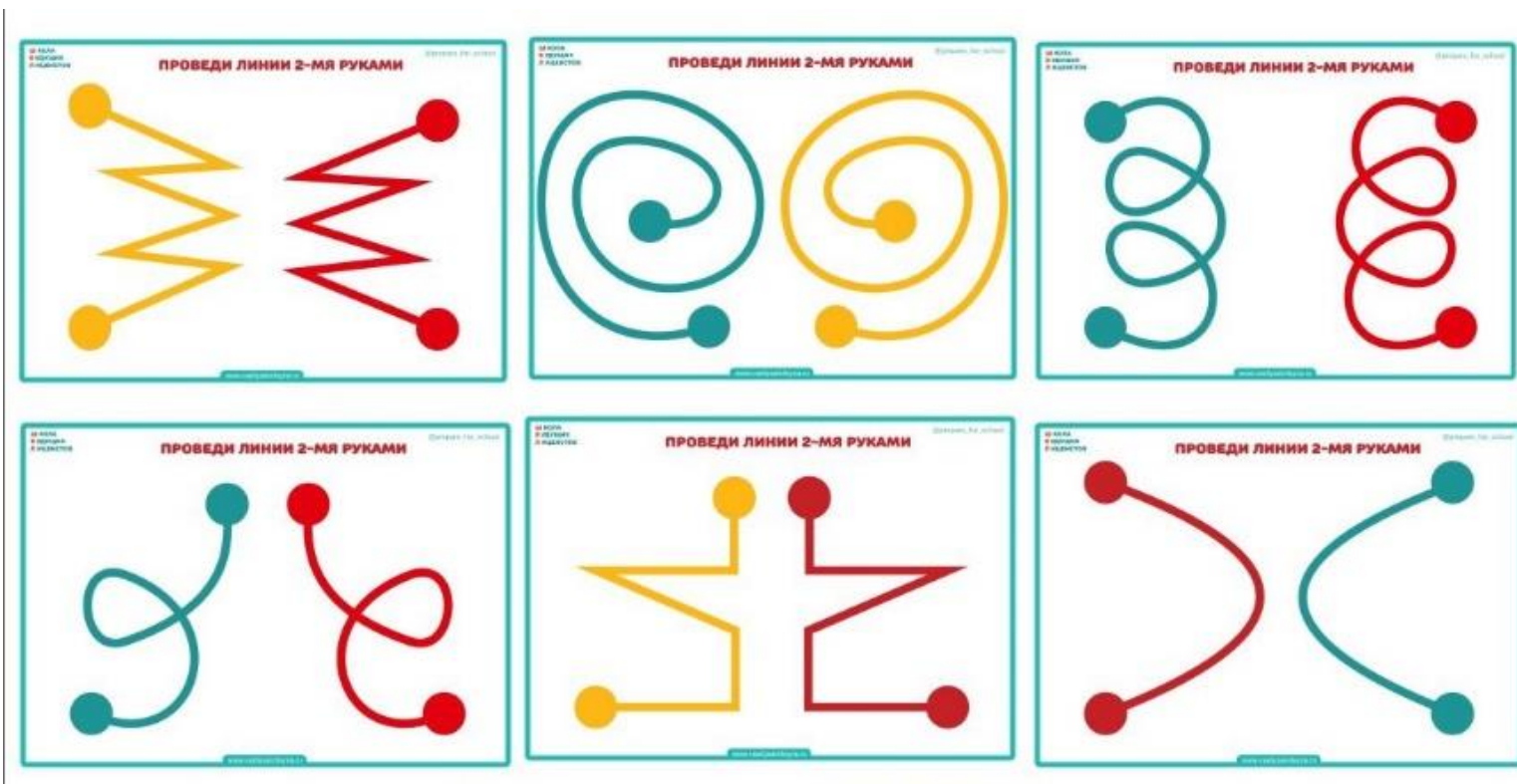
Нейрогимнастика может проводиться на любом уроке, в домашних условиях, в детском саду, парке, на детской площадке.
Главное чтобы ребёнок находился в доброжелательной обстановке.





Двойные рисунки

ИРО



Цветная путаница

(НАЗВАТЬ ЦВЕТ СЛОВА)

СОВЕТ

Мы выполняем ежедневные физические действия «удобной» для нас рукой. Попробуйте сами и предложите родителям и детям, например - чистить зубы, причесываться, доставать предметы, рисовать и даже писать другой рукой. Исследования показывают, что выполнение обычного действия «непривычной» рукой активизирует новые участки мозга.

