Цель: познакомить педагогов с нейрогимнастикой, применение которых возможно в образовательном процессе.

Дошкольный возраст – наиболее благоприятный период для развития высших мозговых структур, а следовательно межполушарных связей и психических процессов.

В каждой группе детского сада есть дети, которым трудно долго сидеть на одном месте. Они создают дополнительные трудности в работе педагогам, потому что очень подвижны, вспыльчивы, раздражительны. Гиперактивные дети часто задевают и роняют различные предметы, толкают сверстников, создавая конфликтные ситуации. Но чтобы разобраться, как работать с такими детьми, нужно понять, почему они себя так ведут?

Головной мозг состоит из двух полушарий. Развитие головного мозга ребенка начинается внутриутробно и активно продолжается после рождения. По исследованиям физиологов правое полушарие головного мозга – гуманитарное, образное, творческое – отвечает за тело, координацию движений, пространственное и кинестетическое восприятие. Левое полушарие головного мозга – математическое, знаковое, речевое, логическое, аналитическое – отвечает за восприятие – слуховой информации, постановку целей и построений программ. Единство мозга складывается из деятельности двух полушарий, тесно связанных между собой системой нервных волокон *(мозолистое тело)*.

Т. к. в большинстве случаев одно из полушарий является, доминирующим. И от этого преобладания зависят особенности поведения человека, тем не менее, следует помнить, что мозг работает как единое целое. С помощью мозолистого тела *(межполушарные связи)* которое находится между полушариями головного мозга в теменно-затылочной части. Оно необходимо для координации работы мозга и передачи информации из одного полушария в другое.

Когда полушария функционируют правильно и между ними сохраняется баланс, то взаимодействие между ними выражается в идеальном партнерстве, результатом которого является эффективная творческая работа мозга.

Как же добиться межполушарного взаимодействия?

Межполушарное взаимодействие можно развивать при помощи комплекса специальных упражнений «**гимнастика** для мозга или если выражаться научным языком *«****Кинезиология****»* (от греческого *«****кинезис****»* - движение, *«логос»* - наука, что обеспечивает эффективное взаимодействие полушарий.

Цель **нейрогимнастики**:

• Развитие межполушарного взаимодействия;

• Синхронизация работы полушарий;

• Развитие мелкой моторики и крупной моторики;

• Развитие познавательных процессов;

• Развитие речи;

Для результативности коррекционно-развивающей работы необходимо учитывать определенные условия:

• занятия проводятся в первой половине дня;

• занятия проводятся ежедневно, без пропусков;

• занятия проводятся в доброжелательной обстановке;

• от детей требуется точное выполнение движений и приемов;

• упражнения проводятся стоя или сидя за столом;

• упражнения проводятся комплексами;

• длительность занятий по одному комплексу составляет две недели.

Комплекс специальных **кинезиологических** упражнений был разработан и апробирован доктором философии Полом Деннисоном – основателем образовательной **кинезиологии**. В России **Гимнастики** мозга впервые появилась в 1988 г.

Это система, которая способствует раскрытию возможностей, заложенных в нашем теле. Упражнения облегчают восприятие и понимание учебных материалов и помогают освоению новых навыков школьниками любого возраста.

**Гимнастика** мозга представляет собой простые и доставляющие наслаждение движения и упражнения, которые могут использоваться на любом занятии. Они занимают немного времени, принося несоизмеримую пользу.

Все упражнения данной системы — перекрестные. Перекрестность — главный принцип **гимнастики** мозга - означает подключить оба полушария мозга, *(правое отвечает за левое полушария, и наоборот)*.

Приведу пример небольшого комплекса упражнений, который может быть использован как воспитателем, так и родителями дома. 5-7 минут занятий повышают умственную энергию и к тому же имеют оздоровительный эффект.

1. Упражнения с шариками в парах:

1.  2.  3. 

4. 5. 6.

 меняем

 направление

1. Упражнения с кеглями: прокатывание шарика между кеглями, нога и направления движения должны совпадать (например: правая нога в правую сторону, левая нога в левую сторону).

1. Упражнения с координационной лестницей:

1. «Вместе-врозь»

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |

2.Влево- вправо

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |

3.Центр-влево-центр-вправо

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |

4.Классики

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |

5. Поворот на 180 градусов двумя ногами

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |   |   |  |

6. 180 градусов боком

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |

7. Разножка

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |

По мере овладения упражнениями, дети становятся более уверенными в себе, улучшается эмоциональное состояние воспитанников. Таким образом, нейрогимнастика способствует улучшению психического и физического развития детей.