

**Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Центр дополнительного образования»
г. Балаково Саратовской области**

**Мастер-класс «Нейрогимнастика для дошколят»
в рамках муниципального семинара-практикума
для работников дошкольных
образовательных учреждений
«Солнце на ладошке»**

Составители: педагоги дополнительного образования

Ефесова Е.И., Есипова С.А.

г. Балаково 2023

МАСТЕР-КЛАСС «НЕЙРОГИМНАСТИКА ДЛЯ ДОШКОЛЯТ»

Реквизит: презентация, сценарий, тренажёры двуручного рисования, тренажёр Лягушка, тренажёр Ладочки, коробочка с зеркалом, жетончики для рефлексии, конфетки.

ПРИВЕТСТВИЕ

Добрый день уважаемые коллеги!

Сегодняшний мастер-класс, посвящённый нейрогимнастике, будем проводить мы: педагоги дополнительного образования студии “Умка” Ефесова Екатерина Ивановна и Есипова Светлана Алексеевна.

Цели: Развитие межполушарного взаимодействия в развитии познавательных процессов по средствам применения нейрогимнастики с детьми дошкольного возраста.

Задачи:

- передача опыта применения нейрогимнастики в работе с детьми путём прямого и комментированного показа последовательности действий, методов, приёмов и форм педагогической деятельности;
- совместная отработка методических подходов и приёмов решения поставленной в программе мастер-класса проблемы;
- оказание помощи участникам мастер-класса в систематизации и применении нейрогимнастики в работе с детьми.

ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

Нашей студии в этом году исполняется 30 лет. Мы постоянно ищем новые идеи и новые методики обучения, чтобы идти в ногу со временем и обучение у нас для детей было интересным. Нам очень приятно, что многие школы и детские сады рекомендуют нас своим воспитанникам. **Большое вам спасибо.**

У нас уже есть родители, которые сами ходили в нашу студию и теперь привели сюда своих детей. В последние несколько лет наша студия обучает более 120 детей ежегодно. Мы гордимся всеми нашими выпускниками.

Одной из новинок, которые мы применяем уже не первый год, и хотим сегодня с вами поделиться нейрогимнастикой, элементы которой мы применяем на занятиях “Развитие математических представлений”, “Мыслим и говорим красиво” и на занятиях по “Логике”. Продолжительность занятия у нас 30 минут из них 5 - 7 минут мы тратим на выполнение этих упражнений. И так, что же такое нейрогимнастика?

Нейрогимнастика для детей – это комплекс упражнений, который направлен на развитие центров головного мозга, сбалансированное взаимодействие его полушарий. Данный метод тренировки центральной и периферической нервной системы может потребоваться ребенку, у которого наблюдаются

признаки рассеянности, проблемы с концентрацией внимания, освоением письма и чтения.

Все мы знаем, что мозг человека состоит из двух полушарий – левого и правого и каждое из них имеет свои специфические функции. При этом полушария развиты неодинаково. Для гармоничного развития обоих полушарий мозга и служит нейрогимнастика.

Она влияет на:

- Развитие мелкой и крупной моторики.
- Развитие способностей.
- Развитие памяти, внимания.
- Развитие речи.
- Развитие мышления.

Огромная польза и привлекательность нейрогимнастики состоит в её простоте и практичности. Человек может выполнять эти упражнения в любое время и в любом месте.

Занятия должны проводиться систематически в спокойной, доброжелательной обстановке. Важно точное выполнение каждого упражнения, поэтому необходимо индивидуально обучить каждого воспитанника. Упражнения нейрогимнастики мы используем, как на занятиях, в виде физминуток, так и в подвижных играх, в ходе релаксации для снятия мышечного напряжения. И что немаловажно, эти упражнения дети могут выполнять дома вместе с родителями.

На сегодняшний день, наблюдая и диагностируя дошкольников, всё больше и больше появляется детей с речевыми нарушениями, с задержкой речевого развития, с задержкой психического развития, гиперактивных и невнимательных. Все чаще встречаются дети моторно неловкие, т. е. наблюдается вялость мышц, нет желания и сил прыгать, бегать, элементарно такие дети неловко прыгают на 1 ноге, не могут поймать и бросить хорошо мяч, плохо переключаются с одного движения на другое.

Почему же наблюдается такая ситуация? Причин может быть много. Это и экологические, биологические, социальные факторы, влияющие на состояние и развитие наших детей. Но ещё одна немаловажная причина, на наш взгляд, это малоподвижный образ жизни наших детей.

Давайте вспомним с вами, как мы проводили время в наше детство. Думаю, что многие из нас в детстве бегали босиком, прыгали на скакалке, в резиночку, крутили обруч, играли в классики, играли с мячом. А наши дворовые игры с соблюдением правил: это прятки, казаки-разбойники, цепи-кованы и многое другое...

А как гуляют дети сейчас? Кто видит в наше время прыгающих и бегающих детей на улице? А со скакалкой, с обручем?

Современное поколение ведёт малоподвижный образ жизни, сидят возле гаджетов, в телефонах, у компьютера. Да сейчас время цифровых технологий, и от этого никуда не деться, дети больше нас разбираются в технике и это здорово. Но мы идем с вами к тому, что современное поколение – с каждым годом становится физически, психически, соматически ослаблено.

Ведь бегая и прыгая, а также играя по правилам, у нас развивалась координация движений, ориентировка в пространстве, общая моторика, ловкость, гибкость, контроль над собой, переключаемость движений.

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

Сегодня, мы продемонстрируем некоторые упражнения, и мы допускаем, что некоторые из них вам знакомы и вы применяете их в своей работе. Но, уверены, что каждый из вас найдёт для себя, что-то новое и полезное.

Все упражнения принято делить на четыре группы, которые направлены на развитие трех видов сенсомоторных навыков.

Первая группа – упражнения, пересекающие среднюю линию тела. Они направлены на одновременную работу двух ног, рук, глаз, т.е. на интеграцию деятельности обоих полушарий. Их проведение дает достаточно неплохие результаты: ребенок может двигаться и думать одновременно, улучшаются навыки чтения и письма, он может обрабатывать информацию как от целого к частому, так и наоборот.

Вторая группа – энергетические упражнения. Они обеспечивают необходимую скорость протекания нервных процессов между клетками головного мозга. Улучшают эмоции и саморегуляцию. Регулярные занятия позволяют улучшить мышление, способствуют повышению скорости осознанного чтения, а также улучшают внимание ребенка.

Третья группа – растягивающие упражнения. Они направлены на расслабление сухожилий и снятие мышечного напряжения. Способствуют снятию стресса, улучшению внимания и концентрации.

Четвертая группа – упражнения для повышения позитивного мышления. Они стабилизируют нервные процессы, в результате чего ребенок учится сохранять спокойствие в стрессовой ситуации. Данные упражнения позволяют ребенку перестать нервничать перед важными мероприятиями.

Мы сегодня с вами подробнее остановимся на первой группе.

Прошу вас принимать активное участие и выполнять упражнения вместе с нами.

Все упражнения сначала делаются медленно, а потом можно усложнять, увеличивая темп или добавляя движения. (*ведущий показывает движения*)

Упражнение «Голуби летели»

Для маленьких детей выполняем упражнение «Голуби летели». Руками делаем волнообразные движения, имитируя движение крыльев птиц. Затем сгибаем руки в локтях, приближая кисти к плечам, касаясь их пальцами. Потом перекрещиваем руки, прикладывая ладони к противоположным плечам. И поднимаем руки вверх. Затем повторяем тоже упражнение, но руки ставим на пояс, потом на колени.

Голуби летели,

На плечики сели,

Местами поменялись,

В небо поднялись.

Голуби летели,

И на пояс сели,

Местами поменялись,

В небо поднялись.

Голуби летели,

На коленки сели,

Местами поменялись,

В небо поднялись.

Упражнение «Мухи»

Одна рука дотрагивается до носа, а вторая до противоположного уха. Хлопок и руки меняются местами.

Летела муха села на ухо.

Другая муха, села на нос.

Кыш мухи (хлопок)

Мухи испугались

Местами поменялись.

Для усложнения добавляем хлопок при смене рук, а потом ещё и добавляем движение ногами (топот).

Упражнение «Гриб-Полянка»

Одна рука символизирует гриб: располагаем предплечье вертикально вверх, кисть собрана в кулак. Гриб стоит на полянке. Полянку делаем из второй

руки горизонтально расположенной под первой выпрямленной ровной ладонью вниз, как за партой. Затем меняем руки. Увеличиваем темп.

Его так же делаем в ритм стиха:

*Под осиной, у ворот
Подосиновик растёт.
И горит-горит на нем
Шапка красная огнём.*

Упражнение «Капитан»

Дети его очень любят и делают с удовольствием. Одной рукой отдаём честь, поднося её ко лбу внутренним ребром ладони, как бы прикрываясь от солнца. Другой рукой показываем «класс», все пальцы собраны в кулак, кроме большого, который оттопырен вертикально вверх. Руку можно держать перед грудью, согнутой в локте, но веселее – выпрямить, вытягивая вперёд. Меняем руки. Ускоряем темп.

*Я плыву на лодке белой,
По волнам с жемчужной пеной.
Я отважный Капитан,
Мне не страшен ураган.*

Делаем упражнение в ритм стихотворения. Заучивание и произношение вслух стихотворения усиливает действие упражнения и даёт лучшие результаты в развитии ребёнка. Усложняем задачу хлопком при смене рук.

Упражнение «Заяц коза вилка»

Делаем упражнение под ритм стихотворения. Показываем пальцами зайку (вверх подняты указательный и средний пальцы, остальные зажаты кулак), козочку (вверх подняты указательный палец и мизинец, остальные зажаты кулак), вилка (вверх торчат указательный, средний и безымянный пальцы, большой палец и мизинец соединены в центре ладони)

*“Зайка, козочка и вилка”
Повторяй скорей за мною
“Зайка, козочка и вилка”
Упражнение простое.
Молоды все справились!*

ТРЕНАЖЕРЫ ДЛЯ ДВУРУЧНОГО РИСОВАНИЯ

Теперь вашему вниманию предлагаем тренажёры для двуручного рисования

1 уровень



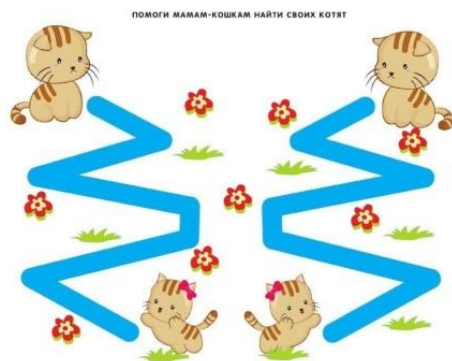
Помогите машинкам проехать домой! Проведите линии по дорожкам двумя руками.



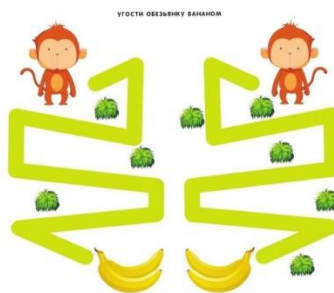
Помогите птичке пролететь к дереву! Проведите линию по дорожкам двумя руками.



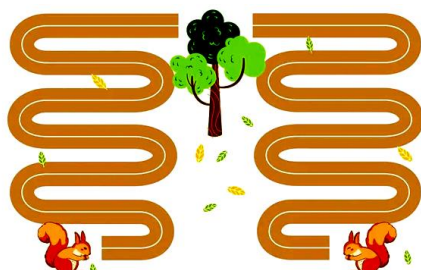
ПОМОГИ СОБАКАМ ДОВЕЗТЬ ДО КОСТОЧКИ



ПОМОГИ МАМАМ-КОШКАМ НАЙТИ СВОИХ КОТЯТ



УГОСТИ ОБЕЗЬЯНКУ БАНАНОМ



Помогите подружкам белкам встретиться на дереве! Проведите линии по дорожкам двумя руками.



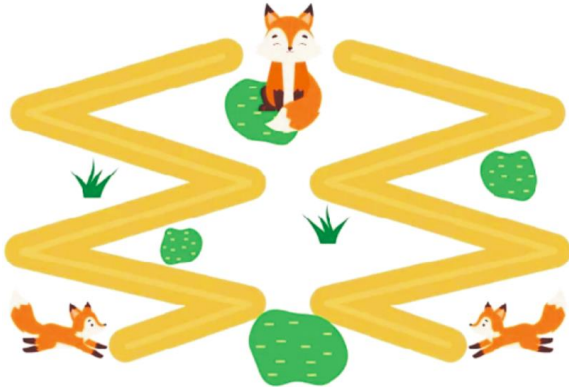
Помогите ёжикам найти полевые грибочки! Проведите линию по дорожкам двумя руками.



Помоги совам облететь все деревья, проведи линии по дорожкам двумя руками.



Помоги зайчатам найти маму зайку. Проведи линии по тропинкам двумя руками.



2 уровень

ЛЕВАЯ РУКА

Помоги парашютистам приземлиться на землю. Проведи непрерывную линию по пунктиру левой рукой. Начни от точки.

ПРАВАЯ РУКА

Помоги парашютистам приземлиться на землю. Проведи непрерывную линию по пунктиру правой рукой. Начни от точки.

рисуй одновременно двумя руками

левая

правая

Наступила весна. Раскрась цветочки. Посмотри на картинку. Какого цвета ты видишь? Давая мы поможем маме полить цветы. Проведи линию от ручки и цветку в соответствии с цветом. А теперь садись и одновременно обеими руками.

В нашей группе на неделе
 Весну встречаем, весну, весну,
 Как дадутся нам цветы,
 Мы их поливаем,
 Ты вазоны скоро дай им,
 Все растения нашей ей!

Учимся рисовать двумя руками одновременно

Попробуй двумя руками одновременно обвести геометрические фигуры.

Помоги паучку поймать муху. Сначала левой правой рукой, а затем левой. А теперь двумя руками одновременно!

В уголке паучок сплел и домик, и сачок. Теперь вот отлавливает. Муху поджидает.

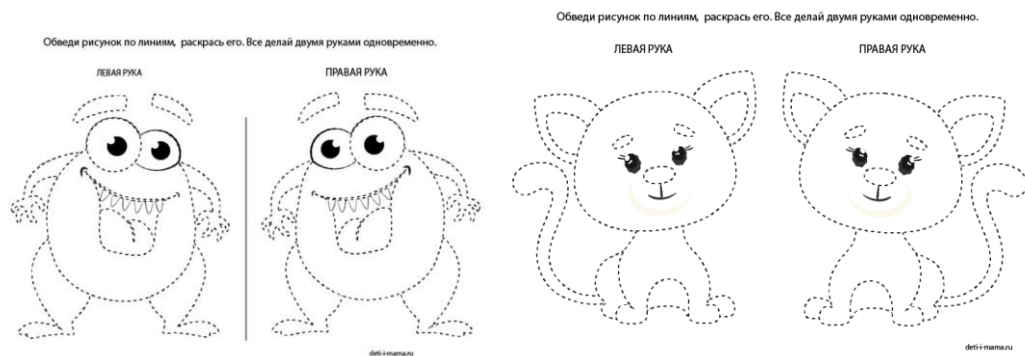
Помоги муравью найти дорогу. Проведи пальчиком по линии сначала правой рукой, а затем, левой. Посчитай кружочки. А теперь двумя руками одновременно в обе руки и нарисуй дорожку.

Муравей весь день работает. Все проблемы, для работы, даем поскорее решить и решить. Заполнить по линии вправо. Все удачи муравью, У него ведь сто друзей!

3 уровень

Рисуем двумя руками «одновременно»

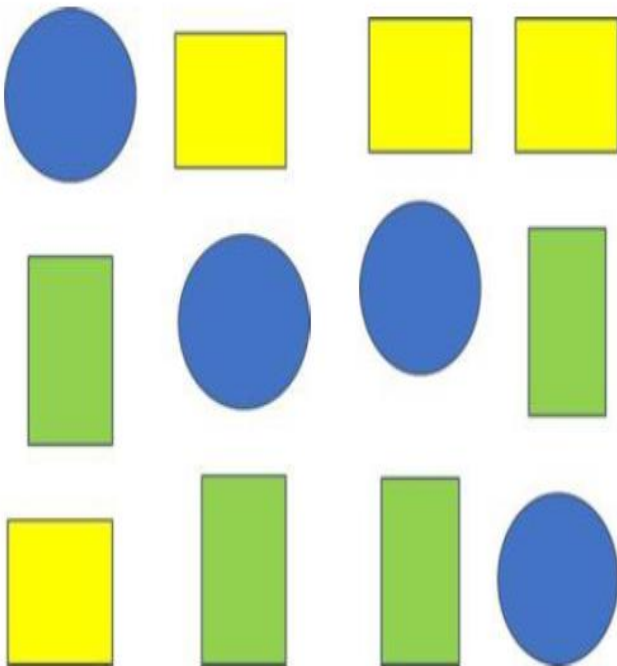
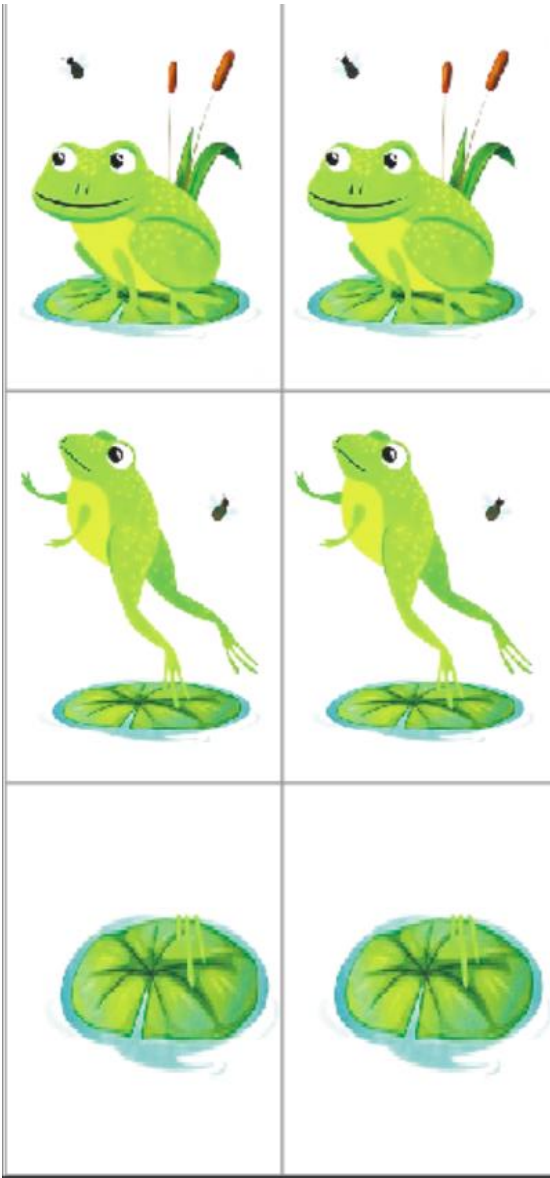
БАВАНЦЬ БАВАНЦЬ



Упражнение «Лягушка»

Так же применяем мы на своих занятиях упражнение Лягушка.

Многим оно, наверное, знакомо “Кулачок, ребро, ладошка” Мы раскладываем перед ребёнком следующую последовательность. На первом этапе упражнение выполняется синхронно двумя руками.



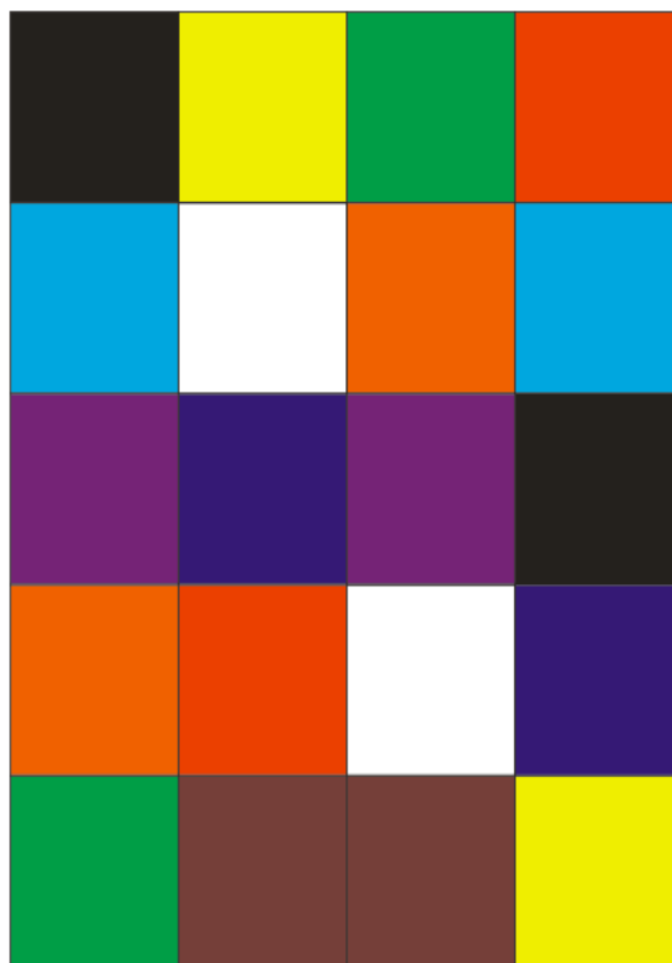
Далее каждая рука выполняет своё задание. Картинки может выкладывать педагог или ребёнок самостоятельно.

Мы распечатали таких интересных лягушек, но если нет такой возможности, то вполне могут подойти и геометрические фигуры.

Тренажер «Цвета»

Вот ещё один тренажёр, который очень нравится детям.

Педагог называет цвет, ребёнок показывает его пальчиком обеими руками
одновременно. Тренажёр развивает

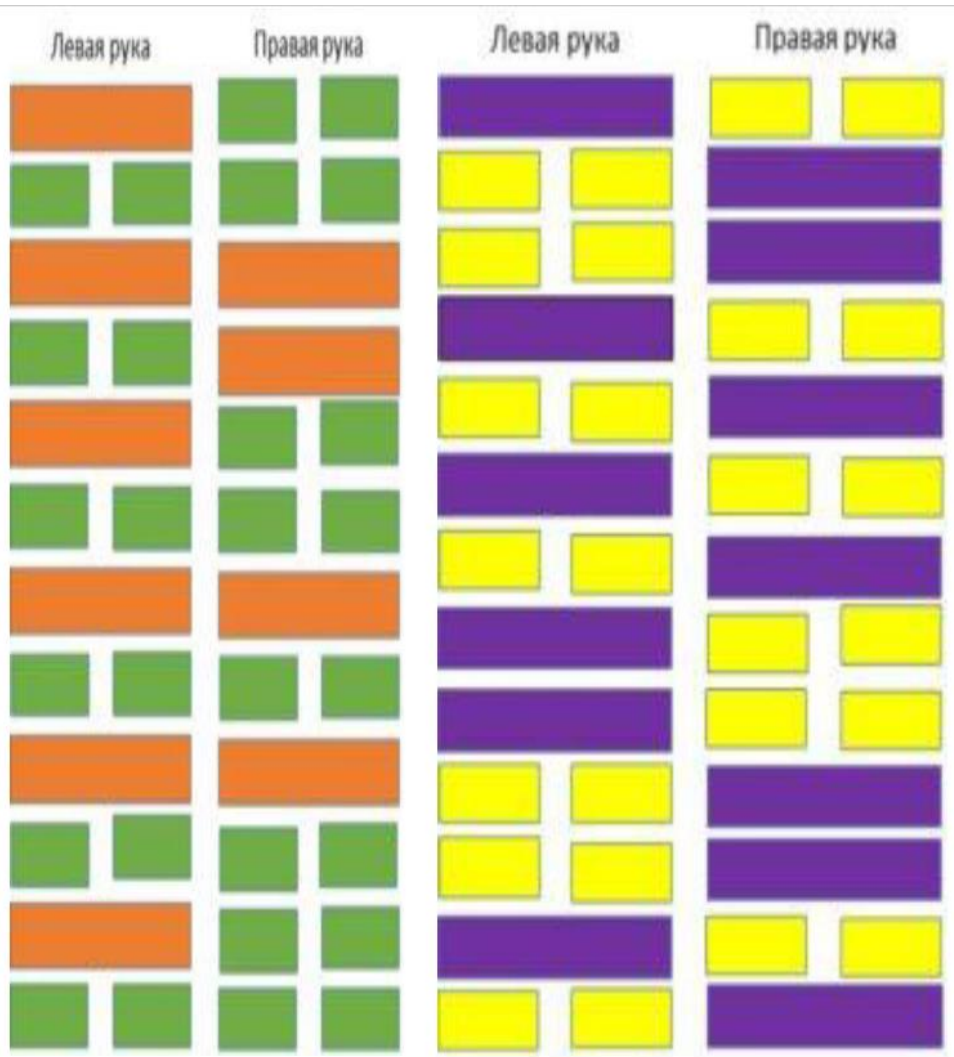
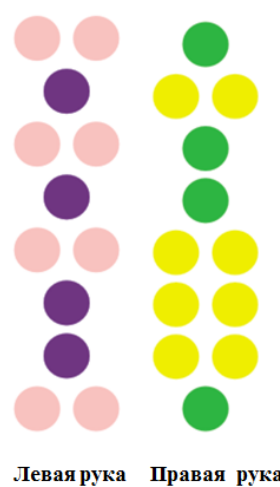
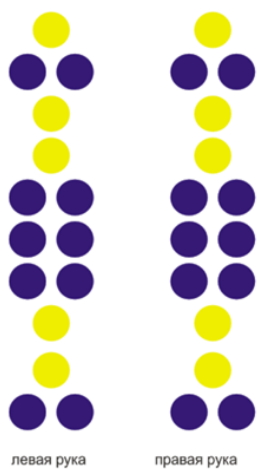


Левая рука

Правая рука

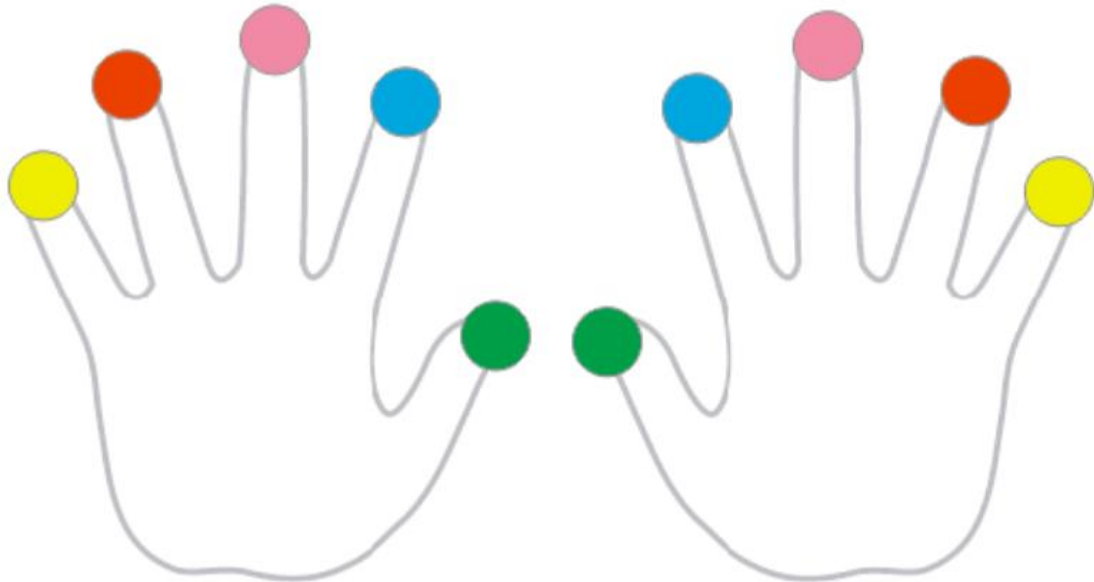
Тренажёр «Классики для пальчиков»

Тренажёр «Классики для пальчиков»



Тренажер «Ладшки»

Есть у нас и ещё один тренажёр, который мы часто используем – это вот такие ладошки.



ЛЕВАЯ РУКА

ПРАВАЯ РУКА

1 2 3 4 5 Yellow Red Pink Blue Green	1 2 3 4 5 Green Blue Pink Red Yellow	3 2 1 Green Pink Yellow	3 2 1 Blue Red Yellow
1 2 3 4 5 Red Blue Yellow Green Pink	1 2 3 4 5 Pink Green Yellow Blue Red		
1 2 3 4 5 Yellow Red Pink Blue Green	1 2 3 4 5 Green Blue Pink Red Yellow		
1 2 3 4 5 Blue Green Yellow Red Pink	1 2 3 4 5 Pink Red Yellow Green Blue		
1 2 3 4 5 Pink Blue Green Red Yellow	1 2 3 4 5 Yellow Red Green Blue Pink	3 2 1 Yellow Pink Green	3 2 1 Yellow Red Blue
1 2 3 4 5 Red Pink Blue Green Yellow	1 2 3 4 5 Yellow Green Blue Pink Red		

На первом этапе дети учат цвет пальчиков. Преподаватель называет цвета, задача ребёнка поднять пальчик, под которым находится кружок нужного цвета. Далее задача усложняется, и перед ладошками выкладываются карточки, задания из трёх цветов пальчики поднимаются согласно заданию асинхронно. Самый сложный этап карточки из 5 цветов.

Все наши тренажёры просты в исполнении и вносят разнообразие в привычные занятия.

Откроем вам секрет. Для мотивации обучающихся успешно выполнившим задания мы раздаём конфеты. Вот и вам всем мы предлагаем выбрать конфетку за успешное выполнение упражнений.

ИТОГИ

Подводя итог, следует отметить, что регулярное выполнение комплексов нейрогимнастики оказывает положительное влияние на развитие интеллекта и улучшает состояние физического здоровья, снижает утомляемость, повышает способность к произвольному контролю, и способствует коррекции недостатков речевого развития не только у детей, но и у взрослых.

А сейчас мы покажем вам талантливого, успешного и позитивного педагога. Вы, конечно, сразу узнаете его, но просим вас, его не называть.

(Предлагаем каждому заглянуть в коробку)

А теперь прошу ответить:

- был ли полезен наш мастер-класс?

- что было для вас интересным?

- может быть есть вопросы?

- что было бы интересно, если нас в следующем году попросят провести мастер-класс?

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

И в заключении нам хотелось бы Вам рассказать одну притчу.

Жил мудрец, который знал всё. Один человек захотел доказать, что мудрец знает не всё. Зажав в ладонях бабочку, он спросил: “Скажи, мудрец, какая бабочка у меня в руках: мёртвая или живая?” А сам думает: “Скажет живая – я ее умерщвлю, скажет мёртвая – выпущу”. Мудрец, подумав, ответил: “Всё в твоих руках”.

Так все в наших руках. Именно мы можем сделать так, чтобы ребёнок чувствовал себя любимым, нужным, а главное- успешным.

Успех как известно рождает успех.

РЕФЛЕКСИЯ

Предлагаю Вам оценить нашу совместную работу.

Если наше общение показалось Вам интересным, положите звездочку в корзиночку ИНТЕРЕСНО

Если оказалось полезным и новым - во вторую ПОЛЕЗНО И НОВО

Если вы применяете это в своей практике - в третью ЗНАКОМО И ПРИМЕНЯЮ

ПРОЩАНИЕ

Всем большое спасибо и успехов в работе! Пусть работа будет в радость!