

Нейрогимнастика

Все люди получают информацию об окружающем мире с помощью органов чувств, передающих полученные сведения в головной мозг. Качественная продуктивная работа мозга выступает залогом отличной памяти, реакции, навыков быстрого переключения с одних видов деятельности на другие. Поэтому тренировать мозг рекомендуется прямо с детского возраста.

В последние годы особую популярность получила *нейрогимнастика* — комплекс упражнений для совершенствования мозговой деятельности.

Хорошее интеллектуальное развитие обеспечивается нам не размером мозга, а количеством нервных связей между структурами мозга и хорошим мозговым кровообращением. Именно с помощью движения мы создаем новую нейронную связь. Когда мы получаем сенсорный стимул и в ответ начинаем движение, происходит образование новой нервной связи. Без движения это просто невозможно. Для примера можете представить себе глаз, который не реагирует на свет или ухо, мышечная система которого не сокращается в ответ на звуковой сигнал — это будет значить, что мы ничего не видим и не слышим. Поэтому движение — это не только жизнь, но и интеллект. Нет движения — нет получения опыта и новых знаний, вместе с тем нет и новых нейронов.

На биохимическом уровне движение стимулирует выработку нейротропинов — биологически активных веществ, способствующих образованию новых нейронов и связей между ними (вот почему двигательная нейропсихологическая коррекция более экологична в отличие от медикаментозных методов лечения, хотя не призываю отказываться от лекарств).

Любая двигательная активность будет стимулировать развитие мозга, но особенно, если это будут координированные движения, непосредственно направленные на развитие необходимых психомоторных функций.

Для проведения с детьми коррекционных занятий в работе педагог использует разные методы, приемы, формы работы с детьми. Одной из таких форм работы является

«Нейрогимнастика».

Нейрогимнастика — это популярное название двигательной нейропсихологической коррекции (или сенсомоторной коррекции). Это немедикаментозный вид помощи детям, имеющим различные неврологические заболевания и синдромы, такие как: ЗПР, СДВГ, РАС, алалия, дизартрия и другие. А также нейрогимнастика полезна нейротипичным детям для общего психофизического развития.

Психомоторная коррекция направлена на коррекцию различных нарушений ребенка с целью восстановления у него нормального функционирования мозга.

Двигательная нейропсихологическая коррекция должна проводиться комплексно с когнитивной коррекцией, но по очередности именно двигательная нейрокоррекция первична, поскольку нормальное функционирование мозга и обеспечивает нормальное развитие когнитивных функций. Для достижения поставленных целей необходимо использовать соответствующее оборудование в работе в данном направлении.

Необходимость разработки методического пособия определяется актуальностью проблемы сохранения и укрепления психо - физического здоровья детей и реализации ФГОС, необходимостью повышения мотивации детей на занятиях.

Пособие направлено на удовлетворение потребностей и интересов: детей 5-7 лет в полноценном физическом развитии; для родителей- в получении качественных образовательных услуг; педагогов ДООУ в повышении профессиональной компетенции в вопросах психофизического воспитания детей дошкольного возраста через организацию совместной деятельности на прогулке и в группе.

Практическим результатом является внедрение и использование комплекса игр и игровых упражнений с использованием нетрадиционного оборудования в работе педагогов, формируемой участниками образовательных отношений.

В пособии: подобрана и систематизирована картотека нетрадиционного оборудования, игровых упражнений, оптимально способствующих развитию психофизических качеств у детей 5-7 лет; разработана вариативность использования игр и игровых упражнений с нестандартным оборудованием для детей старшего дошкольного возраста