

Консультация для родителей

«Что такое нейрогимнастика? Чем полезна нейрогимнастика для дошкольников с нарушениями речи»

Нейрогимнастика — это комплекс упражнений, которые созданы для повышения многофункциональности головного мозга. За счет регулярного выполнения определенных действий, направленных на тренировку ЦНС, реально добиться положительного результата в виде более быстрого освоения навыков выполнения артикуляционной гимнастики, усвоения звуков, развития аналитического и логического типа мышления.

Нейрогимнастика является частью прикладной науки «образовательная кинезиология», которая изучает развитие мыслительных способностей человека за счет выполнения заданий для обоих полушарий мозга.

Как понять, что ребенку нужна нейрогимнастика?

Нейрогимнастика для детей рекомендуется к применению, если у ребенка наблюдаются следующие признаки:

- плохая память;
- рассеянность;
- невозможность сконцентрироваться на одной теме или объекте окружающей среды:
- не достаточно развитая моторика пальцев рук или отсутствие ловкости кистей;
- уровень физического или интеллектуального развития не соответствует возрастному показателю;
- снижены способности к усвоению информации, которая поступает от учителя-логопеда, воспитателя дошкольного учреждения.

Также нейрогимнастика может применяться в профилактических целях. В данном случае ребенок, который имеет нормальные функции центральной и периферической нервной системы, ежедневно выполняет упражнения для тренировки головного мозга, повышая его работоспособность.

ЧЕМ ПОЛЕЗНА НЕЙРОГИМНАСТИКА ДЛЯ ДОШКОЛЬНИКОВ С НАРУШЕНИЯМИ РЕЧИ?

Основная цель применения нейрогимнастики с детьми дошкольного возраста с тяжёлыми нарушениями речи – это активизация развития речи детей. Основные задачи: стимулировать речевую активность детей;

развивать слухоречевое внимание детей; развить нейродинамические процессы головного мозга, отвечающие за речь ребёнка; развивать познавательные процессы (внимание, память, мышление).

Регулярное выполнение нейрогимнастических упражнений приносит ребенку пользу:

- улучшает функции долгосрочной памяти;
- обеспечивает более быстрое восприятие и обработку информации, которая поступает из окружающего мира;
- повышает физическую и умственную работоспособность;
- активизирует мыслительную активность тех центров головного мозга, которые отвечают за реализацию когнитивных функций;
- способствует более активной подвижности кистей рук;
- развивает творческие способности ребенка;
- стимулирует развитие мелкой и более крупной моторики пальцев верхних конечностей;
- ускоряет процесс развития физиологических способностей к выполнению асимметричных и симметричных движений;
- снимает нервное напряжение и усталость мышечной системы;
- повышает работоспособность вестибулярного аппарата;
- обеспечивает более быструю адаптацию ребенка к сложным жизненным ситуациями, которые несут в себе стрессовую нагрузку;
- предотвращает развитие неврологических заболеваний, связанных с нарушениями восприятия времени и окружающего пространства.

Нейрогимнастика дает большое количество возможностей для ускоренного развития ЦНС детей дошкольного возраста. Положительный эффект от упражнений для головного мозга сохраняется на протяжении всей жизни ребенка.

Как упражнения по нейрогимнастике влияют на мозг?

Нейрогимнастика для детей оказывает положительный эффект на их умственное развитие. Чтобы понять принцип влияния тренировок на ЦНС, необходимо понять суть взаимодействия полушарий головного мозга. Нейрогимнастика одновременно активизирует центральную и периферическую нервную систему.

Правое полушарие головного мозга отвечает за работу центров, принимающих участие в координации движений тела, правильное восприятие окружающего пространства, реализацию способностей к творчеству и познанию гуманитарных наук.

Левое полушарие головного мозга состоит из отдельных центров, которые отвечают за работу речевого аппарата, логическое мышление и освоение точных наук. Единым центром, который координирует функции сразу двух полушарий является мозолистое тело. Стабильная работа данного органа обеспечивает ребенку отличные когнитивные способности мозга, быструю реакцию на внешние раздражители окружающего мира, хорошую успеваемость в учебе и оптимальный уровень физической активности.

Регулярное выполнение нейрогимнастических упражнений дает возможность улучшить функции мозолистого тела, повысив уровень взаимодействия левого и правого полушария мозга.

Нейроупражнения для развития мелкой моторики.

«Колечко»

Поочередно перебирать пальцы рук, соединяя в кольцо большой палец и последовательно указательный, средний, безымянный и мизинец. Упражнения выполнять начиная с указательного пальца и в обратном порядке от мизинца к указательному. Выполнять нужно каждой рукой отдельно, затем обеими руками вместе.

«Кулак – ребро – ладонь»

На столе (коленях, последовательно, сменяя, выполняются следующие положения рук: ладонь на плоскости, ладонь, сжатая в кулак и ладонь ребром на столе (коленях). Выполнить 8-10 повторений. Упражнения выполняются каждой рукой отдельно, затем двумя руками вместе.

«Лезгинка»

Левая рука сложена в кулак, большой палец отставлен в сторону, кулак развернут пальцами к себе. Правая рука прямой ладонью в горизонтальном положении прикасается к мизинцу левой. После этого одновременно происходит смена правой и левой рук в течении 6-8 раз.

«Змейка»

Скрестите руки ладонями друг к другу, сцепите пальцы в замок, выверните руки к себе. Двигайте пальцем, который укажет ведущий. Палец должен двигаться точно и четко, не допуская синкенезий.

Прикасаться к пальцу нельзя. Последовательно в упражнении должны участвовать все пальцы обеих рук.

«Ухо – нос»

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».