

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области «Реабилитационная школа-интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья имени А.З. Акчурина с. Камышла»

Нейроигры /нейрогимнастика/

«Бодрые зарядки для мозга»

Фатхутдинова И. И
Учитель класс ТМНР

с.Камышла 2025

*«Руки учат голову, затем поумневшая голова учит руки, а умелые руки
снова способствуют развитию мозга»
Иван Петрович Павлов*

Введение

Нейроигры (нейрогимнастика) – это различные телесно – ориентированные упражнения, которые позволяют через тело воздействовать на мозговые структуры.

Нейрогимнастика одна из форм нейропсихологической коррекции. Она может представлять собой специальные игровые занятия с элементами арт-терапии, комплексы упражнений, которые направлены на синхронизацию работы правого и левого полушарий, на развитие мозолистого тела, подкорковых структур и связей между этими структурами и корой головного мозга. С помощью специально подобранных упражнений организм координирует работу правого и левого полушарий и развивает взаимодействие тела и интеллекта. Каждое из упражнений способствует возбуждению определенного участка мозга и включает механизм объединения мысли и движения, развивает координацию движений и психофизические функции. А если мы параллельно отрабатываем и правильное произношение звука – то еще и согласованность языка.

Эффективность нейроигр состоит в том, что они являются, прежде всего здоровьесберегающей технологией, способствуют развитию всех психических процессов. Благодаря простоте и увлекательности, нейроигры являются эффективным инструментом.

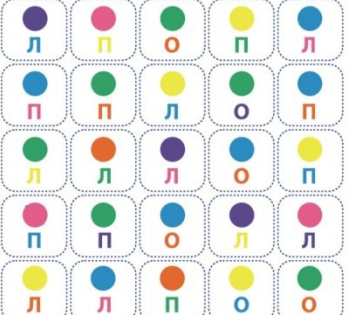
Цель: коррекция нарушенных психических процессов и эмоционально-волевой сферы ребёнка через движение.

Задачи:

- развивать внимание, память, пространственные представления, мелкую и крупную моторику, моторную ловкость;

- развивать межполушарное взаимодействие;
- развивать устойчивость и переключаемость внимания с одного действия на другое, произвольную саморегуляцию;
- формировать коммуникативные умения, умение устанавливать и поддерживать продуктивные взаимоотношения со сверстниками и взрослыми, соотносить собственные действия с действиями партнёра;
- развивать уверенность в себе и своих силах.

№ п/п	Примерный комплекс упражнений	Образец
1.	Разминка (растяжки) Кулак - ладошка, кулак – ладонь - ребро, перебор пальцев - колечко /под влиянием такой кинезиологической гимнастики в организме происходят положительные структурные изменения/	
	Синхронная сортировка двумя руками — это упражнение, которое направлено на синхронизацию работы обоих полушарий головного мозга, развитие мелкой моторики и зрительно-моторной координации Они комбинируют в себе элементы обучения и развлечения, создавая непревзойденный инструмент для разностороннего развития детей	
	Моторные дорожки  <i>Прогнозирование</i> — так называется действие, которое происходит,	

	когда ребёнку дают задание продолжить ряд. В процессе выполнения задания он анализирует и прогнозирует своё следующее действие.	
	В таблице Шульте случайным образом располагаются буквы или цифры. Задача: как можно скорее отыскать эти значения в определенном порядке. Разумеется, на результаты влияет и скорость поиска, и количество правильных ответов	
	Нейроупражнение «Алфавит» Данное упражнение направлено на синхронизацию полушарий головного мозга. Помогает преодолевать трудности в обучении, связанные с развитием письменной речи и корректировать дисграфию и дислексию Упражнение выполняется следующим образом: Перед Вами таблица. Верхний ряд – это буквы, (цвет) которые необходимо читать. Второй и третий ряд – это обозначения. Второй ряд: Л - левая рука, П – правая рука, О – обе руки. Третий ряд (при его наличии) используется для усложнения упражнения, когда будут освоены таблицы в два ряда. Обозначения: Л- левая нога, П- правая нога, О – обе ноги. Итак, одновременно читаем верхний ряд букв вслух и поднимаем руку, указанную под данной буквой.	 
	Упражнение «Яркие тропинки» (тест Струпа), мозг вынужден решать одновременно две задачи: чтение и распознавание цвета. Итог — задействуются параллельно разные отделы мозга. Чем быстрее ученик переключается с чтения слов именно на визуальную информацию, тем лучше работают его когнитивные функции, это гибкость мышления, переключение и избирательность внимания.	

Нейротренажеры,нейромячики, балансиры



Нейрогимнастика включается и во время уроков, и в режимных моментах и проводится ежедневно по 10–15 минут в спокойной обстановке.