

Мастер-класс для родителей
«Нейрогимнастика – просто, весело, полезно!»



Подготовила и провела:
педагог-психолог
М.Л. Дьяковская

Цель мастер-класса: повышение психолого-педагогической компетентности родителей в вопросах всестороннего развития детей дошкольного возраста.

Задачи:

- 1) познакомить участников мастер-класса с приемами нейрогимнастики
- 2) активизировать родителей в творческую деятельность, вызвать интерес к проведению нейрогимнастики и оптимизировать интеллектуальные процессы

Участники мастер-класса: родители воспитанников старшего дошкольного возраста

Материалы и оборудование: карточки «Рисуем двумя руками»; втулки, цветные прищепки, шнурки; фломастеры; мячик.

Ход мастер-класса

Вводная часть

В настоящее время всё больше и больше появляется детей с речевыми нарушениями, с задержкой речевого развития, с задержкой психического развития, гиперактивных и невнимательных.

Современное поколение ведет 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.

Недостаточность физической активности ведет наших детей к плохому снабжению головного мозга кислородом, несформированной координации движений, не развитой ориентировки в пространстве.

Одним из методов, позволяющих скорректировать и благоприятно повлиять на мозговую деятельность является НЕЙРОГИМНАСТИКА.

Нейрогимнастика - это универсальная система упражнений, она эффективна, и для детей, и для взрослых в любом возрасте.

Ни у кого не вызывает сомнения, что регулярное выполнение утренней гимнастики очень полезно и со временем укрепляет тело.

Это же можно сказать и про комплекс упражнений нейрогимнастики, которые помогают улучшить ряд физических навыков, в частности выполнение симметричных и асимметричных движений, соблюдение равновесия, подвижность плечевого пояса, ловкость рук и кистей.

Также такие упражнения позволяют усовершенствовать эмоциональные навыки, сделать ребенка более общительным, научат его проявлять свои творческие способности в процессе игры, а затем – и в учебной деятельности.

Основная часть

Предлагаю вам сейчас поиграть и выполнить гимнастику для ума. Предлагаю небольшой тест:

Взгляните на картинку: вам надо не читать слова, написанные на ней, а назвать цвета, которыми они написаны. И делать это надо как можно быстрее!

Известно, что правое полушарие мозга отвечает за творческое мышление. Эти люди более чувствительны, а так же склонны полагаться на свою интуицию в принятии решений. Левое полушарие — логическое мышление. Ведущая его роль означает наличия у человека более сильных аналитических способностей.

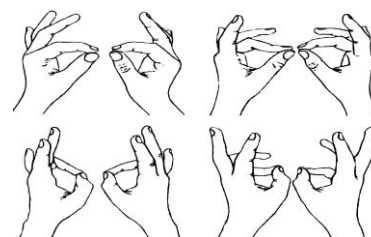
Ну, а для того, чтобы наши полушария работали в полном объеме, предлагаю Вам выполнить несколько упражнений нейрогимнастики, которые вы можете использовать и дома в совместной деятельности с детьми.

Упражнения нейрогимнастики

Упражнение «Колечко»

Упражнение направлено на активизацию работы левого и правого полушария.

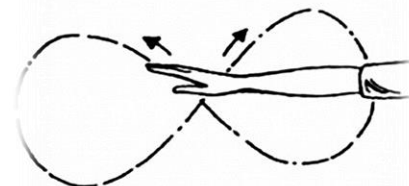
«Поднимите вверх правую руку, поочередно перебирайте пальцы, соединяя в кольцо с большим пальцем указательный, средний, безымянный и мизинец. Упражнение выполняем сначала правой рукой, затем левой, затем обеими руками одновременно».



Упражнение «Ленивая восьмерка»

Упражнение направлено на развитие памяти, координации движений, внимательности.

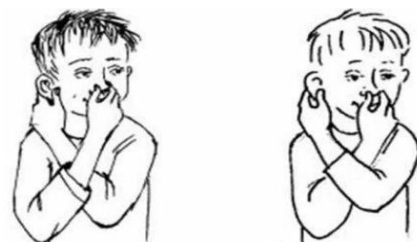
«Вытяните перед собой правую руку, с выпрямленным указательным пальцем. Начинаем движение вправо-вверх, рисуем перед собой в воздухе ленивую (горизонтальную) восьмёрку. Далее левая рука начинает движение влево-вверх. Также сделать несколько раз. После этого сцепить две руки вместе в замок, большие пальцы перекрещены и делать ленивую восьмёрку двумя руками».



Упражнение «Ухо – нос»

Упражнение направлено на развитие внимательности, активизации межполушарного взаимодействия.

«Левой рукой взяться за кончик носа, а правой рукой взяться за левое ухо. Одновременно отпустить ухо и нос, хлопнуть в ладоши. Поменять положение рук «с точностью до наоборот».



Упражнение «Разноцветные прищепки»

Упражнение направлено на активизацию левого и правого полушария, развитие координации движений, мелкой моторики рук.

«Перед вами втулка, на которой шнурок с прищепками. Вам нужно снимать прищепки поочередно то правой, то левой рукой. Когда все прищепки сняли, теперь прикрепляем прищепки назад на шнурок».



Упражнение «Рисуем двумя руками»

Упражнение направлено на развитие мелкой моторики рук, координации движений, активизации межполушарного взаимодействия.

«Перед вами карточки с картинками, фломастеры. Вам нужно двумя руками одновременно обвести контур картинки».



Рефлексия

Эффективность нейрогимнастики доказана наукой и практикой. Она является здоровьесберегающей и игровой технологией. Синхронизирует работу полушарий, содействует улучшению запоминания, активно концентрирует внимание, даёт возможность быстро переключиться с одной деятельности на другую, что содействует быстрому включению детей в занятие, а также снимает стресс и нервное напряжение.

Ответьте, пожалуйста, на вопрос: «С какими мыслями, желаниями и настроением вы заканчиваете данный мастер-класс?»

*Вам было интересно и познавательно? Вы узнали что-то новое, возьмете на заметку?
Будете использовать вместе с детьми эти упражнения?*

Всем спасибо за участие!