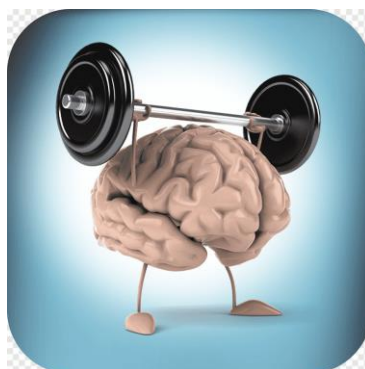


ВИДЕО КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

ИННОВАЦИОННАЯ ТЕХНОЛОГИЯ – НЕЙРОГИМНАСТИКА

(ГИМНАСТИКА МОЗГА)



«Тренируй мозги!», - говорят родители своему ребенку и сажают его за книги, заставляют учить стихи и решать сложные задачи. При этом тренируется интеллект, но не мозг! Как же на самом деле тренировать мозг ребенка, чтобы он был способен продуктивно обучаться и усваивать большие объемы информации?

Нейрогимнастика представляет собой комплекс упражнений, позволяющих через тело мягко воздействовать на мозговые структуры. В результате ребенок лучше адаптируется к изменениям, начинает легче учиться и усваивать информацию.

Прохождение ребенка по родовым путям, грудное вскармливание, период ползания у младенца, его первые шаги – каждый из этих естественных этапов запускает механизм активного развития очередного участка мозга. Если же какой-то из процессов был нарушен, возможны изменения и в формировании мозговых функций. Стимуляция родов, кесарево сечение, искусственное вскармливание – каждая из подобных ситуаций может отразиться на развитии мозга.

Существует прямая взаимосвязь незрелости развития мозговых структур и таких явлений, как гиперактивность, соматические заболевания (астма, аллергии, некоторые виды сердечных аритмий и т.д.), общее снижение иммунитета, дефицит внимания, сложности в адаптации, агрессивность, неустойчивость психики и склонность к различного рода зависимостям. Симптомов много, но причина, по сути, одна – нарушения в работе мозга. Поэтому была разработана методика на основе применения телесно-ориентированных практик, помогающая «разбудить» те отделы мозга, которые не работают в полную силу. Методика оказалась очень эффективной. Эта методика называется нейрогимнастикой.

Нужна ли нейрогимнастика Вашему ребенку?

Положительный эффект от занятий нейрогимнастикой наблюдается у всех детей в возрасте от 4 до 12 лет. Особенно полезны занятия в период подготовки к школе. Гимнастика готовит мозг к успешному овладению чтением, письмом, счетом, воспитывает волю ребенка, повышает его познавательную мотивацию, развивает интеллектуальную деятельность, способствует адаптации в коллективе. Кроме того, нейрогимнастика способствует общему оздоровлению организма за счет улучшения иммунитета.

Ключевой принцип гимнастики заключается в одновременной синхронной работе обеих рук, каждая из которых выполняет свое задание. Именно при таких упражнениях тренируется согласованная работа двух полушарий мозга.

МЕЖПОЛУШАРНОЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ — ОСОБЫЙ МЕХАНИЗМ ОБЪЕДИНЕНИЯ ЛЕВОГО ПОЛУШАРИЯ ГОЛОВНОГО МОЗГА И ПРАВОГО ПОЛУШАРИЯ ГОЛОВНОГО МОЗГА В ЕДИНУЮ, ЦЕЛОСТНО РАБОТАЮЩУЮ СИСТЕМУ.

ЗАЧЕМ РАЗВИВАТЬ ОБА ПОЛУШАРИЯ ГОЛОВНОГО МОЗГА?

ЛЕВОЕ ПОЛУШАРИЕ МЫСЛИТ ЛОГИЧЕСКИ. ПРАВОЕ – ПОМОГАЕТ СОЗДАВАТЬ НОВОЕ, ГЕНЕРИРОВАТЬ ИДЕИ, ИНТЕГРИРОВАТЬ.

МОЖНО БЫТЬ МАТЕМАТИКОМ С ХОРОШО РАЗВИТЫМ ЛЕВЫМ ПОЛУШАРИЕМ И ПРИ ЭТОМ НИЧЕГО НОВОГО НЕ ПРИДУМАТЬ.

А МОЖНО БЫТЬ ТВОРЦОМ, СЫПАТЬ ИДЕЯМИ И НИ ОДНУ ИЗ НИХ НЕ РЕАЛИЗОВАТЬ ИЗ-ЗА НЕПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТИ СВОИХ ДЕЙСТВИЙ.

И ТЕ И ДРУГИЕ – «ОДНОПОЛУШАРНЫЕ» ЛЮДИ.

ВОТ ПОЧЕМУ НУЖНО РАЗВИВАТЬ ОБА ПОЛУШАРИЯ ГОЛОВНОГО МОЗГА И МЕЖПОЛУШАРНЫЕ СВЯЗИ.

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ МЕЖПОЛУШАРНЫХ СВЯЗЕЙ ВЕДУТ К ТОМУ, ЧТО В МОЗГЕ ОБРАЗУЮТСЯ НОВЫЕ НЕРВНЫЕ КЛЕТКИ. БОЛЬШОЕ КОЛИЧЕСТВО ЭТИХ КЛЕТОК ВЕДЁТ К ПОВЫШЕНИЮ ВОЗМОЖНОСТЕЙ ИНТЕЛЛЕКТА.

ОНИ ПОВЫШАЮТ КОНЦЕНТРАЦИЮ, ПОМОГАЮТ ВОССТАНАВЛИВАТЬ НЕЙРОННЫЕ СВЯЗИ; УРАВНОВЕШИВАЮТ НАСТРОЕНИЕ, УЛУЧШАЮТ МОТОРИКУ, УКРЕПЛЯЮТ ФИЗИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ.

НАИБОЛЕЕ БЛАГОПРИЯТНЫЙ ПЕРИОД ДЛЯ ВЫПОЛНЕНИЯ НЕЙРОГИМНАСТИКИ ДЛЯ ДЕТЕЙ – ЭТО СРЕДНИЙ ДОШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ, Т.Е. 4-5 ЛЕТ. К 6 ГОДАМ МОЖНО ВНЕДРЯТЬ БОЛЕЕ СЛОЖНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ, ЧТО БУДЕТ ВАЖНОЙ ЧАСТЬЮ ПОДГОТОВКИ К ОБУЧЕНИЮ В ШКОЛЕ.

ПРИ ЭТОМ УПРАЖНЕНИЯ СЛЕДУЕТ ПРОВОДИТЬ С СОБЛЮДЕНИЕМ ОПРЕДЕЛЕННЫХ РЕКОМЕНДАЦИЙ, ЧТОБЫ ЭФФЕКТИВНОСТЬ ЗАНЯТИЙ БЫЛА МАКСИМАЛЬНО ВЫСОКОЙ.

СЛЕДУЕТ ВЫПОЛНЯТЬ РЯД НЕСЛОЖНЫХ ПРАВИЛ:

- **СРЕДНЯЯ ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ ЗАНЯТИЙ – 5-7 МИНУТ.**
- **ВАЖНА РЕГУЛЯРНОСТЬ НЕЙРОГИМНАСТИКИ, Т.Е. УПРАЖНЕНИЯ НУЖНО ПРОВОДИТЬ КАЖДЫЙ ДЕНЬ, НЕ ПРОПУСКАЯ.**
- **ТРЕНИРОВКИ НУЖНО ПРОВОДИТЬ ТАК, ЧТОБЫ РЕБЕНКУ БЫЛО ИНТЕРЕСНО. НА ЗАНЯТИЯХ ДОЛЖНА ЦАРИТЬ ДОБРОЖЕЛАТЕЛЬНАЯ АТМОСФЕРА, ПОЭТОМУ МОЖНО ВКЛЮЧАТЬ МУЗЫКУ, КОТОРАЯ НРАВИТСЯ МАЛЫШУ.**
- **МОЖНО ПОСТЕПЕННО УСЛОЖНЯТЬ ЗАДАНИЯ. К ПРИМЕРУ, УВЕЛИЧИВАТЬ ТЕМП ВЫПОЛНЕНИЯ УПРАЖНЕНИЙ.**
- **ВАЖНО СЛЕДИТЬ ЗА ПРАВИЛЬНОСТЬЮ ВЫПОЛНЕНИЯ УПРАЖНЕНИЙ.**
- **НЕ НУЖНО ПЕРЕГРУЖАТЬ РЕБЕНКА, СТРЕМЯСЬ ВЫПОЛНИТЬ МАКСИМАЛЬНОЕ КОЛИЧЕСТВО УПРАЖНЕНИЙ ЗА РАЗ – ДОСТАТОЧНО 5-6.**

РЕГУЛЯРНОЕ ВЫПОЛНЕНИЕ НЕЙРОГИМНАСТИЧЕСКИХ ИГР ПРИНОСИТ РЕБЕНКУ ПОЛЬЗУ:

- **УЛУЧШАЕТ ФУНКЦИИ ДОЛГОСРОЧНОЙ ПАМЯТИ;**
- **ОБЕСПЕЧИВАЕТ БОЛЕЕ БЫСТРОЕ ВОСПРИЯТИЕ И ОБРАБОТКУ ИНФОРМАЦИИ, КОТОРАЯ ПОСТУПАЕТ ИЗ ОКРУЖАЮЩЕГО МИРА;**
- **ПОВЫШАЕТ ФИЗИЧЕСКУЮ И УМСТВЕННУЮ РАБОТОСПОСОБНОСТЬ;**
- **СТИМУЛИРУЕТ РАЗВИТИЕ МЕЛКОЙ И БОЛЕЕ КРУПНОЙ МОТОРИКИ ПАЛЬЦЕВ ВЕРХНИХ КОНЕЧНОСТЕЙ.**

Перейдите по ссылке <https://cloud.mail.ru/public/9zaM/SAEY5eTYt> , чтобы посмотреть комплекс упражнений по нейрогимнастике.