

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 1»

**Авторские нейропсихические упражнения
для детей старшего дошкольного возраста**

Подготовила:
Воспитатель
Лаврова Елена Владимировна

г. Усолье – Сибирское

*«Руки учат голову, затем
поумневшая голова учит руки,
а умелые руки снова
способствуют развитию мозга.
И.П. Павлов*

Аннотация:

Игра – это ведущая деятельность ребёнка с рождения и до младшего школьного возраста. Она ненавязчиво учит социальным нормам, развивает умения и навыки ребёнка. В игре у малыша растёт интерес и мотивация к занятиям.

Нейропсихология – наука, изучающая психические процессы, происходящие в головном мозге. С помощью неё мы понимаем, как работает наше внимание, память, ориентация в пространстве, восприятие окружающего мира и другое.

Что развивают нейропсихические упражнения:

1. Память
2. Внимание.
3. Виды восприятия: зрительное, слуховое, осязательное и др.
4. Логику
5. Умение делать прогнозы.
6. Умение приходить к выводам, основываясь на разных факторах.

Кому полезны нейропсихологические игры?

Ребятам:

1. Которым сложно сосредоточиться, запомнить материал, переключиться с одного вида деятельности на другой;
2. Тем, у кого есть проблемы с поведением и обучением;
3. Тревожным, которых пугают собственные ошибки или неудачи;
4. Чересчур импульсивным и слишком медлительным;
5. Всем, кто заботится о своем здоровье.

Цель: создание условий для интеллектуального, психомоторного развития детей старшего дошкольного возраста.

Задачи:

1. Развитие концентрации внимания, переключения;
2. Синхронизация работы левого и правого полушария, межполушарных связей;
3. Оптимизация и улучшение мозговой деятельности в целом;
4. Развитие навыка контроля своего поведения.

Упражнение «Кулачок — ладошка»

Дети показывают руками: правая рука согнута в локте перед собой, на уровне груди, ладонь расправлена. Левая рука согнута в локте и поднята вверх,

перпендикулярно правой руке, ладонь сжимаем в кулак. По хлопку меняем руки. Наверху всегда должен быть кулачок, а внизу – ладошка.

Упражнение выполняется сначала в медленном темпе, затем ускоряется. Проводится до 8 раз.

Упражнение «Ухо-нос»

Взяться левой рукой за кончик носа, правой – за противоположное ухо. Одновременно отпустить руки, хлопнуть в ладоши, поменять положение рук.

Упражнение выполняется сначала в медленном темпе, затем ускоряется. Проводится до 8 раз.

Упражнение «Симметричные рисунки»

Рисовать в воздухе обеими руками линии, геометрические фигуры, цифры, буквы, слова и др.

Упражнение «Хлопок - ладошка»

Правая и левая рука согнуты в локте перед собой, на уровне груди, ладони расправлены. Ладошка правой руки повернута вверх, а левой вниз. По хлопку ладошки меняют положение: правая вниз, левая – вверх.

Упражнение выполняется сначала в медленном темпе, затем ускоряется. Проводится до 8 раз

Упражнение «Ок' – заяц»

Левой рукой показывать «класс», правой – «зайчика». По хлопку одновременно менять положение рук и постепенно наращивать скорость. Проводится до 8 раз

Упражнение «Ребро - кулак»

Правая ладонь согнута в кулак стоит на правом колене, левая рука поставлена ребром на левое колено. По хлопку руки одновременно меняют положение.

Упражнение выполняется сначала в медленном темпе, затем ускоряется. Проводится до 8 раз

Упражнения можно усложнять, добавляя хлопок и любое действие с руками: повороты, сжатие в кулак, ставя на ребро, к себе, к уху, хлопок по коленкам и др.

Упражнение «Хлопок – кулак - ухо»

Правая и левая рука согнуты в локте перед собой, на уровне груди. Правая ладонь согнута в кулак, левая – расправлена вниз. По хлопку левая берется за левое ухо, правая – смотрит вниз, по хлопку ставим руки в исходное положение, но меняем руки: левая ладонь согнута в кулак, правая - расправлена вниз. По хлопку правая берется за правое ухо, левая – смотрит вниз.

Упражнение «Ребро – кулак - ухо»

Правая и левая рука согнуты в локте перед собой, на уровне груди. Правая ладонь согнута в кулак, левая – поставлена на ребро. Хлопок, обе руки меняют положение, подносят к груди. Хлопок, обе руки держат ухо. Хлопок приходят в исходное положение, но меняют руки: правая ладонь ставится на ребро, левая – в кулак.