

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 29

План работы по самообразованию

На тему:

«Нейрогимнастика, как один из методов развития эмоциональной
и когнитивной сферы у детей старшего дошкольного возраста»

Воспитатель: Сборнова И.Н.

г.Кстово

2022/2023 уч.год

Актуальность

*«Чтобы сделать ребенка умным и рассудительным,
сделайте его крепким и здоровым»*

Ж.Ж.Руссо

В современных условиях развития общества проблема здоровья детей является как никогда актуальной. Достичь необходимого уровня интеллектуально-познавательного развития может только здоровый ребенок. Понятие «Здоровье» принято рассматривать как отсутствие заболеваний, но и как способность организма быстро адаптироваться к различным условиям жизнедеятельности и противостоять воздействию вредных влияний. О многом здоровье ребенка обусловлено социально-экономическими, климато-географическими и экологическими условиями. Важнейшей задачей дошкольного образовательного учреждения сегодня является охрана и укрепление физического и психического здоровья детей.

Все люди получают информацию об окружающем мире с помощью органов чувств, передающих полученные сведения в головной мозг. Качественная продуктивная работа мозга выступает залогом отличной памяти, реакции, навыков быстрого переключения с одних видов деятельности на другие. Поэтому тренировать мозг рекомендуется прямо с детского возраста.

В последние годы особую популярность получила *нейрогимнастика* — комплекс упражнений для совершенствования мозговой деятельности.

Хорошее интеллектуальное развитие обеспечивается нам не размером мозга, а количеством нервных связей между структурами мозга и хорошим мозговым кровообращением. Именно с помощью движения мы создаем новую нейронную связь. Когда мы получаем сенсорный стимул и в ответ начинаем движение, происходит образование новой нервной связи. Без движения это просто невозможно. Для примера можете представить себе глаз, который не реагирует на свет или ухо, мышечная система которого не

сокращается в ответ на звуковой сигнал – это будет значить, что мы ничего не видим и не слышим. Поэтому движение – это не только жизнь, но и интеллект. Нет движения – нет получения опыта и новых знаний, вместе с тем нет и новых нейронов.

На биохимическом уровне движение стимулирует выработку нейротропинов – биологически активных веществ, способствующих образованию новых нейронов и связей между ними (вот почему двигательная нейropsychологическая коррекция более экологична в отличие от медикаментозных методов лечения, хотя не призываю отказываться от лекарств).

Любая двигательная активность будет стимулировать развитие мозга, но особенно, если это будут координированные движения, непосредственно направленные на развитие необходимых психомоторных функций.

Для проведения с детьми коррекционных занятий в работе педагог использует разные методы, приемы, формы работы с детьми. Одной из таких форм работы является

Нейрогимнастика – это популярное название двигательной нейropsychологической коррекции (или сенсомоторной коррекции). Это немедикаментозный вид помощи детям, имеющим различные неврологические заболевания и синдромы, такие как: ЗПР, СДВГ, РАС, алалия, дизартрия и другие. А также нейрогимнастика полезна нейротипичным детям для общего психофизического развития.

Психомоторная коррекция направлена на коррекцию различных нарушений ребенка с целью восстановления у него нормального функционирования мозга (<https://www.lurok.ru/categories/19/articles/44811>)

Давайте рассмотрим, как работает человеческий мозг. Его составляют 2 полушария, каждое из которых отвечает за определенные виды деятельности:

Правое. Оно отвечает за действие левой половины тела, т.е. когда мы шевелим левой рукой, то активизируется правое полушарие, и наоборот.

Правое полушарие регулирует координацию движений, восприятие пространства и креативное развитие.

Левое. Это полушарие отвечает за абстрактно-логическое мышление, за развитие логики, математических способностей и речи.

Соответственно, когда мы фантазируем, рисуем и занимаемся любой другой творческой деятельностью, то активизируется именно правое полушарие, а когда мы считаем, анализируем и что-либо говорим, то активно левое полушарие.

Происходит постоянное распределение активности между полушариями. При этом наибольшая эффективность работы мозга достигается только в том случае, когда активны оба полушария.

Но при возникновении проблем с мозолистым телом (отвечает за координацию деятельности полушарий) происходит нарушение взаимосвязи между левым и правым полушарием, в результате чего одно из них берет на себя основную нагрузку. Второе полушарие оказывается заблокированным, и оно перестает развиваться, что ведет, в частности, к нарушению пространственной ориентации.

В связи с этим основными задачами для настройки мозга к работе будут восстановление связи и баланса активности между полушариями, а также восстановление связи между передней и задней частью мозга, поэтому применение упражнений по нейрогимнастике даёт хороший результат:

- улучшение памяти, быстрое запоминание новой информации;
- реорганизация мозговых связей, оптимизация работы мозга;
- повышение внимания, развитие речи, мелкой моторики;
- организация синхронной работы правого и левого полушарий;
- выявление скрытых возможностей мозга.

Цель: создание условий для развития у детей дошкольного возраста эмоциональной и когнитивной сферы в процессе нейрогимнастики.

Задачи:

- повысить свой педагогический уровень и профессиональную компетентность;
- проанализировать методическую литературу по данной теме;
- внедрить комплексы упражнений для детей старшего дошкольного возраста, цель которых:
 - ✓ развитие межполушарных связей;
 - ✓ развитие эмоциональной сферы у детей;
 - ✓ развитие когнитивной сферы в процессе выполнения упражнений по нейрогимнастики;
 - ✓ развитие общей и мелкой моторики у детей дошкольного возраста;
- познакомить родителей с данным направлением (рекомендации, консультации, беседы и т.д.);
- создать условия для внедрения и изучения их на практике

**План
работы над темой самообразования
1 этап. Подготовительный**

№	Содержание работы	Сроки реализации
1	Определение темы по обобщению опыта работы, обоснование ее актуальности, необходимости рассмотрения	сентябрь
2	Постановка целей, задач работы	сентябрь
3	Выдвижение гипотезы	сентябрь

2 этап. Аналитический

№	Содержание работы	Сроки реализации
1	Составление плана работы по самообразованию	сентябрь
2	Проведение обследования детей по интересующей проблеме (диагностика)	сентябрь

3 этап. Организационный

№	Содержание работы	Сроки реализации
1	Теоретическая часть: – изучение методической, педагогической, психологической и другой литературы	В течение года
2	Практическая часть: – составление картотеки упражнений по нейрогимнастики, внедрение ее в работу; – разработка дидактического материала по теме самообразования; – проведение мастер-класса (видео мк) для родителей и педагогов (игровые упражнения по нейрогимнастики); – выступление на педагогическом совете с сообщением о значении нейроигр в общем развитии дошкольника старшего возраста.	В течение года

4 этап. Завершающий

№	Содержание работы	Сроки реализации
1	Оформление результатов обследования детей по проблеме	апрель
2	Оформление опыта работы: – Систематизация теоретической части – Систематизация практической материала (подборка материалов и составление «Приложения»: плана работы по самообразованию, презентаций, фото- и видеоматериалов)	май

5 этап. Презентационный

№	Содержание работы	Сроки реализации
1	Выступление на педагогическом совете с сообщением о значении нейроигр в общем развитии дошкольника старшего возраста.	май
2	Предоставление опыта работы в методический кабинет электронного материала	май
3	Подготовка материала к публикации на сайте ДОУ	В течение года
4	Участие в дистанционных педагогических конкурсах	В течение года

План работы на год

Раздел	Сроки	Содержание работы	Практические выходы
Изучение методической литературы	Сентябрь – май	Анализ изученной литературы	См. приложение «Список используемой литературы»
Работа с детьми	Октябрь	Подготовка материала по нейрогимнастики	Картотека Видео Практические иллюстрации
	Ноябрь	Разминка Упр. «Ладушки-оладушки» Упр. «Лягушка» Упр. «Кулак, ребро, ладошка»	Игровые упражнения в режимные моменты и занятия
	Декабрь	Разминка Упр. «Здороваются пальчики» Упр. «Пальчик-ладошка» Упр. «Отстукиваем по порядку пальчиками»	Игровые упражнения в режимные моменты и занятия
	Январь	Разминка Упр. «Бублик и булка» Упр. «Яблоко и червячок»	Игровые упражнения в режимные моменты и занятия
	Февраль	Разминка Упр «Класс и фигушка» Упр. «Поднимаем по очереди пальчики» Упр. «Перебираем пальчиками большой с указательным»	Игровые упражнения в режимные моменты и занятия

	Март	Разминка Упр. «Лиса и зайчик» Упр. «Цепочка» Упр. «Мизинчик указательный показываем»	Игровые упражнения в режимные моменты и занятия
	Апрель	Разминка Упр. «Копыта, рога» Упр. «Ножницы-бумага» Упр. «Один-два»	Игровые упражнения в режимные моменты и занятия
	Май	Разминка Упр. «Голова-живот» Упр. «Стучим кулаком, гладим ладошкой» Упр. «Нос-ухо»	Игровые упражнения в режимные моменты и занятия
Работа с семьёй	Сентябрь	«Что такое нейрогимнастика?»	Информация в уголке для родителей.
	Ноябрь	«Играем вместе с детьми»	Мастер-класс по выполнению игровых упражнений по нейрогимнастике и использованию дидактического материала в работе
	Январь	«Упражнения по нейрогимнастике для выполнения дома»	Картотека на информационный стенд, видеоинструкции через социальные сети
	Апрель	«Делимся опытом»	Видеоматериал упражнений по нейрогимнастике, усвоенных совместно с родителями, вне плана работы в доу

Самореализация	Сентябрь Октябрь	Подбор игровых упражнений, комплексов по нейрогимнастике	Картотека
	Ноябрь	Консультация для педагогов ДОУ «Значение нейроигр в общем развитии дошкольника старшего возраста»	Выступление на педагогическом совете
	Январь	Промежуточный отчет о проделанной работе	Презентация
	Май	Отчёт о проделанной работе по теме самообразования на итоговом педсовете.	Выступление на педсовете.

