

Мастер-класс для родителей «Нейроигры в домашних условиях»

Разработала: Руденкова И.Г.,
педагог-психолог МАДОУ № 6 «Золушка»
г. Шарыпово Красноярского края

Цель мастер-класса: вовлечение родителей в коррекционно-развивающий процесс.

Задачи:

- 1) рассказать о значении сформированности крупной и мелкой моторики у ребенка-дошкольника для его успешной познавательной деятельности;
- 2) познакомить родителей с некоторыми нейроиграми, приёмами нейрогимнастики, способствующими повышению умственных способностей детей. Побудить к использованию этих игр в домашних условиях.

I. Вводная часть:

Уважаемые родители! Сегодня я хочу рассказать вам немного о том, чем я занимаюсь на своих занятиях с вашими детьми. А ещё я хочу обратиться к вам за помощью, потому что мне очень нужно, чтобы вы поддержали то, что я делаю, ведь только вместе, сообща мы можем добиться хороших результатов в развитии наших детей.

Начну сразу с обозначения ПРОБЛЕМЫ, которая заключается в следующем:

в нынешнем поколении детей всё чаще встречаются дети моторно неловкие, т.е. наблюдается вялость мышц, у детей нет желания и сил прыгать, бегать, они неловко прыгают на одной ноге, плохо держат равновесие, не могут поймать и бросить хорошо мяч, плохо переключаются с одного движения на другое.

Как вы думаете, почему я, как психолог, обращаю внимание именно на эти вещи, т.е. на сформированность прежде всего крупной моторики? Да потому, что именно хорошо и своевременно сформированная крупная моторика обеспечивает качественное развитие тех общеучебных навыков, которые так необходимы в дальнейшем для успешной учебной деятельности – это произвольное внимание, координация движений, ориентировка в пространстве, контроль над собой, переключаемость движений.

Причин того, от чего наши дети растут моторно неловкими, может быть много. Но самая распространенная и потому главная из них - это малоподвижный образ жизни наших детей.

Думаю, что ваше поколение ещё застало то время, когда дети любили играть во дворах. Да или нет? Что вы делали во дворах в своём детском возрасте? (скакалка, резиночка, игры с мячом, классики, догонялки?....)

А теперь кто-нибудь из вас видит в наше время прыгающих и бегающих детей на улице? Как часто? К сожалению, дети современного поколения ведут малоподвижный образ жизни, сидя в основном с гаджетами. Да, сейчас время цифровых технологий, и от этого никуда не деться, дети больше нас разбираются в технике, и это здорово. Но мы идем с вами к тому, что современное поколение из-за недостаточности физической активности с каждым годом становится всё более ослабленным физически и, следовательно, психически.

Что же с этим делать?

В психологии очень популярно сейчас направление нейромоторики, благодаря которому именно через движение успешно корректируется и развивается интеллектуальная сфера ребёнка.

И нейроигры, которые я использую на своих занятиях и с которыми вас сегодня хочу познакомить, это по сути своей телесно-ориентированные упражнения, позволяющие через движения тела мягко воздействовать на мозг. Благодаря этим играм в первую очередь улучшается взаимодействие полушарий головного мозга. Для эффективной интеллектуальной деятельности очень важно включение в работу обоих полушарий, а у нас с каждым годом, к сожалению, всё большая нагрузка идёт на левое полушарие (основные процессы, которые оно обеспечивает - речь, письмо, логика, счёт), а правое полушарие не получает нужной ему нагрузки (а оно отвечает тоже за очень важные процессы – пространственную ориентацию, целостное восприятие, творчество). Так вот, ещё раз напомним, что наш мозг наиболее эффективен, когда включаются в работу оба полушария, взаимодействуя друг с другом!

И когда мы развиваем у детей межполушарное взаимодействие, у них повышается умственная работоспособность, снижается утомляемость, развивается пространственная ориентация, улучшаются память, внимание, мышление, развивается речь.

И самое главное то, что нейропсихологические игры просты, доступны и играть в них очень весело, поэтому детям они нравятся. Но результативность

они дают только при условии регулярного их выполнения и совершенствования, поэтому я и призываю вас, дорогие родители, в этом тоже систематически участвовать. Мы – педагоги – будем делать это в детском саду, а вы – родители – дома.

По сути главной «изюминкой» всех нейроигр является то, что в них организуются многозадачные движения, которые необходимо скоординировать. Это могут быть, например, одновременные движения обеих рук – синхронные или асинхронные, можем подключить и ноги, и глаза, и речевое сопровождение. При этом условии у детей включаются в работу оба полушария.

Давайте сейчас познакомимся с некоторыми из них, которые вы успешно можете потом применять дома в играх с детьми.

II. Основная часть:

1). Упражнения и игры на координацию движений, их переключаемость, а также развитие произвольного внимания:

1) Кинезиологическое упражнение «Лезгинка»:

(я буду показывать сейчас и учить вас, как последовательно осваивать это упражнение с ребенком)

сначала запоминаем 2 движения этого упр-я правой рукой,
затем 2 движения левой рукой,
затем синхронно эти два движения двумя руками;
затем асинхронно двумя руками, каждый раз меняя
положение рук. (Асинхронные движения рук ещё мощнее
повышают межполушарное взаимодействие!)



2) А теперь ещё больше усложняем: включаем упражнение «Лезгинка» в двигательную программу:

1-е движение) *две ладони с раскрытыми пальцами – перед собой,*
2-е движение) *«лезгинка» в одну сторону,*

3-е движение) *руки перекрестно на груди,*
4-е движение) *«лезгинка» в другую сторону.*
(повторяем несколько раз, ускоряясь)

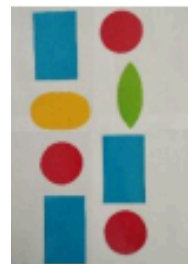
3) Упражнение «Ухо-нос»

(сначала без хлопка, потом с усложнением – с хлопком).



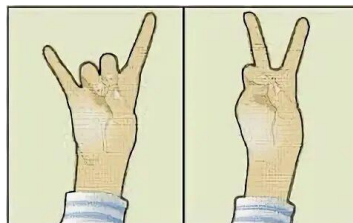
4) Игра «Кулачки-ребро-ладошка»

Ход игры: Из фигур составляем двигательную дорожку (вариантов может быть множество) - одновременно для правой и левой руки. И будем класть кисти рук на эти фигуры в соответствии с их формой: на круги - ставим кулачки вертикально, на овалы - кулачки горизонтально, на прямоугольники кладём ладошки, на «листочки» – ладошки ребром. Каждый раз количество рядов из плоскостных фигур может увеличиваться. Играя, можете читать стихотворение.



5) Упражнение на пальцевый праксис «Коза-корова»:

6)



так же сначала запоминаем 2 движения этого упражнения правой рукой,

*затем 2 движения левой рукой,
затем синхронно эти два движения двумя руками;
затем асинхронно двумя руками, каждый раз меняя
положение рук,
затем вводим ещё одно усложнение: выполняем движения
с проговариванием стишка «Идёт коза рогатая за малыши
ребятами. Коровушка идёт – молоко даёт».*

2) Игры и упражнения на удержание двигательной программы и ритма, а также на развитие межполушарного взаимодействия:

- Помните классическую игру нашего детства «Ладушки»? Умеете? Давайте попробуем в парах! А знаете, что ваши дети делают это с затруднением, особенно при ускорении?
- А теперь попробуем поиграть в «Горизонтальные ладушки» (сначала прямо, потом с перекрещиванием рук).
- А теперь поработаем вместе в кругу:
Правой ладонью хлопнем по правому бедру (сгибая при этом правую ногу в колене); левой так же – по левому; теперь чередуем, добиваясь общего ритма.
Правой ладонью хлопнем по левому бедру, подтягивая его к правой ладони; также левой – по правому; теперь чередуем, добиваясь общего ритма.
Правым локтем прикоснёмся к левому колену; также левым – к правому; теперь чередуем.

Хочу обратить ваше внимание на то, что все перекрёстные движения рук, ног, очень мощно способствуют развитию межполушарного взаимодействия. У меня в арсенале очень много игр и упражнений с перекрёстными движениями. К тому, что я показала вам в предыдущих играх, в домашних условиях вы можете ещё использовать игру «Дефиле»: ходьбу через канат перекрёстными шагами.

3) Упражнения с мячом (кинез.мешочками):

А теперь я хочу поговорить с вами о самом лучшем нейротренажёре – МЯЧЕ! Упражнения в бросании и ловле мячей способствуют развитию зрительно-моторной координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений, совершенствуют пространственную ориентировку. Но тут же мне придётся вас немного огорчить: большинство наших дошколят старшего возраста практически не умеют играть с мячом. Знаете, как я это проверяю при своей диагностике? Беру три мяча разных размеров и тяжести и прошу поймать сначала большой, затем средний и маленький. Ребенок должен

быстро скоординировать движения своих рук, чтобы успешно поймать мяч каждого размера и веса. Дети подготовительной группы должны легко поймать маленький! А ещё они в возрасте 5-6 лет должны уметь (*здесь же родителям предлагается взять по мячу или мешочку и пробовать выполнить демонстрируемые психологом движения*):

перебрасывать маленький мяч из руки в руку (если не получается с мячом, начинаем с кинез.мешочка или мяча для жонглирования),
подбрасывать его ровно вверх и ловить – сначала двумя руками, потом одной правой и одной левой;
подбрасывать и ловить его с хлопком, двумя хлопками и т.д.
отбивать от пола и ловить – двумя руками и одной; причём нужно уметь использовать два способа ловли мяча одной рукой – «чашечкой» (ладонью вверх) и «ковшиком» (ладонью вниз),
метать мяч в мишень (корзину, кегли и т.п.).

Все перечисленные движения с мячом являются базовой основой для более сложных (с двигательной программой), но ещё более интересных нейроигр с мячом, которым мы должны научить своих детей.

Я покажу вам только несколько, которые легко можно использовать дома. Каждая из них многозадачная и очень требует сосредоточения, но зато и мощно развивает мозг!

1) «Ладонь – мяч – ладонь»:



2) «Мяч - мешочек»: в левой руке мяч, правая ладонью вверх лежит на мешочке. Перекладываем мяч из левой руки в правую – перетягиваем левой рукой мешочек вправо, кладем на него левую руку ладонью вверх. Потом точно такой же алгоритм с другой рукой.

3) «Подброс мяча одной рукой, а другой параллельно кладем ладонь сначала на одно плечо, потом на другое».

4) «Передача мячей в паре друг другу».

III. Подведение итогов и рефлексия:

Был ли этот мастер-класс полезным для вас?

Что нового для себя вы узнали?

Появилось ли желание/намерение использовать нейроигры дома?

Уважаемые родители! Прошу вас сейчас на одну чашу весов (вашу левую руку) мысленно положить те знания о развитии вашего ребенка, с которыми вы сюда сегодня пришли; на другую чашу весов (правую руку) – те знания, которые вы получили здесь сегодня. Нет, мы не будем сейчас измерять, какая чаша перевесит, это некорректно. А давайте мы соединим эти чаши, чтобы они подружились (хлопаем в ладоши).

Всех благодарю за участие!

Психолог приглашает родителей пройти к себе в кабинет, чтобы продемонстрировать им некоторые нейроигры и пособия, дать рекомендации по использованию их дома:

нейротренажёр «восьмерка»,
межполушарный нейротренажёр со вкладышами,
игра «Рисуем двумя руками»,
дидактическое пособие «Мегамозг»,
игры типа «Поймай мяч»,
нейромячи и мешочки,
балансборды, балансировочные подушки, балансировочные кочки,
балансирующая дорожка,
су-джоки.