**МБОУ «Лицей» Симферопольского района структурного подразделения**

**«Детский сад «Весна»**

***Доклад на тему:***

***« Нейробика - как инструмент по развитию речи у детей
старшего дошкольного возраста.»***

 Подготовила: Якубова Э.Н.

2022 г.

***Нейробика - как инструмент по развитию речи у детей***

***старшего дошкольного возраста.***

Уверена, многие слышали или читали, что нервные клетки не восстанавливаются. Но в 1998 году группа американских учёных в ходе экспериментов впервые продемонстрировала, что у взрослых людей могут появляться новые нервные клетки. Было установлено, что причиной уменьшения наших умственных способностей с возрастом является не отмирание нервных клеток. Они уменьшаются по причине истощения дендритов, отростков нервных клеток, через которые проходят импульсы от одних нейронов к другим. Если дендриты периодически не стимулировать, то они атрофируются и теряют способность проводить нервные импульсы. Ряд дальнейших экспериментов показал, нейронные сети, имеющиеся внутри взрослого человеческого мозга, способны меняться, хотя ранее считалось, что эта способность исчезает вместе с детством. Находки учёных стали основой для новой теории головного мозга и разработки нейробики. Можно сказать, что нейробика — это зарядка для ума.

Разработчик нейробики — американский учёный, ***профессор нейробиологии Лоренс Кац*** — доказал, что при постоянном выполнении одной и той же задачи человеку становится труднее сконцентрироваться на новом материале, деле или проблеме. Однотипные дела приводят к ухудшению памяти и уменьшению концентрации внимания. Связь нейронов ухудшается, а это приводит к снижению умственных способностей. Отличием данной методики от других можно назвать то, что в ней работают все пять чувств человека. Причём функционируют они непривычным для них образом. Это помогает мозгу создавать ассоциативные связи между разными видами информации. Основной принцип нейробики — каждый день привычную рутину разбавлять новыми впечатлениями, задействующими хотя бы один из органов чувств. Также смысл зарядки для ума заключается в выполнении необычным способом обычных действий. Регулярные зарядки помогут улучшить ряд физических навыков, в частности выполнение симметричных и асимметричных движений, соблюдение равновесия, подвижность плечевого пояса, ловкость рук и кистей. Дошкольники учатся сидеть прямо и не испытывать при этом дискомфорт, становятся более ловкими. Также такие тренировки позволяют усовершенствовать эмоциональные навыки, сделать ребенка менее подверженным стрессу и более общительным, научат его проявлять свои творческие способности в процессе игры, а затем – и в учебной деятельности. Кроме того, гимнастика для мозга – это еще и способ предотвратить появление дислексии, то есть нарушения навыков чтения.

***Основная цель применения*** нейробики с детьми — это активизация развития речи у детей. Для достижения этой цели поставлены следующие ***задачи***:

- Стимулировать речевую активность детей;

- Развивать слухоречевое внимание детей;

- Развить нейродинамические процессы головного мозга, отвечающие за речь ребёнка;

- Развивать познавательные процессы (внимание, память, мышление)

 В своей работе я использую комплекс упражнений по нейробике , которые имеют свою конкретную цель – развивать у ребенка сразу оба полушария мозга и их совместную синхронную работу. Лучше и проще сразу научиться быть полноценным, чем растить инвалида, а потом восстанавливать природный потенциал, утерянный в детстве. При введении нейробики в детском саду педагогу нужно соблюдать некоторые простые правила:

1. Игры и упражнения должны быть интересными и не утомительными, не дольше 7 минут. Это позволит сохранить активность и заинтересованность.

2. Оптимальный период для начала работы – с 4 лет. В этом возрасте у ребёнка активно формируются межполушарное взаимодействие.

3. Педагогу важно отслеживать прогресс и по мере необходимости усложнять упражнения, увеличивать темп. Но при этом необходимо сохранять качество выполнения, не перегружая ребенка.
4. Для достижения эффекта нужно комбинировать различные виды упражнений в одном занятии. Однако не стоит вводить за один раз больше 6 видов заданий, чтобы не утомить детей.

Упражнения и игры можно проводить не только в детском саду, но и в любое другом месте, в том числе и совместно с родителями дома или на прогулке.

К примеру:

- попробовать делать привычные действия не правой рукой, а левой;

- смотреть телевизор без звука и угадывать сказанное;

- чаще менять положение вещей на столе, игрушек на полке;

- выбираем другой маршрут до детского сада.

Это позволит не только открыть интересные стороны привычных вещей, но и поднять настроение как детям, так и взрослым.

Но чтобы научить правильно делать упражнения ребенка и заинтересовать его в их выполнении, придется и самим не отставать от детей в развитии.

******

 **Нейробика — упражнения для мозга для детей**

**1. Упражнение-разминка «Начинаем рисовать»**

Обеими руками в воздухе рисуем фигуры, которые проговариваем в стихе.

*Мы восьмерки рисовали,*
*А они у нас упали.*
*Нарисуем мы волну,*
*Очень длинную струну,*
*Нарисуем мы зигзаг,*
*Нарисуем так и так.*

**2. Упражнение-разминка «Начинаем рисовать усложненный вариант»**

Начало упражнения такое же, как и в предыдущем, но добавляем фигур:

*Мы восьмерки рисовали,*
*А они у нас упали.*
*Нарисуем мы волну,*
*Очень длинную струну,*
*Нарисуем мы зигзаг,*
*Нарисуем так и так.*

*Треугольники, квадрат,*
*Несколько кругов подряд,*
*А еще добавим точки,*
*Крестики, нули, крючочки,*
*В воду кисти окунем*
*и немного отдохнем.*

**3. Упражнение «Капитан».**

Дети его очень любят и делают с удовольствием. Одной рукой отдаем честь, поднося ее ко лбу внутренним ребром ладони, как бы прикрываясь от солнца. Другой рукой показываем «лайк», все пальцы собраны в кулак кроме большого, который оттопырен вертикально вверх. Руку можно держать перед грудью согнутой в локте, но веселее – выпрямить, вытягивая вперед. Меняем руки. Ускоряем темп.

Чтобы малышам было веселее делать это упражнение, можно при его выполнении добавить прочтение стиха:

*Я плыву на лодке белой,*
*По волнам с жемчужной пеной.*
*Я отважный Капитан,*
*Мне не страшен ураган.*

Делаем упражнение в ритм стихотворения. Заучивание и произношение вслух стихотворения усиливает действие упражнения и дает лучшие результаты в развитии ребенка.

**4. Упражнение «Капитан с хлопком».**

Выполняется так же как предыдущее, только руки меняются местами через хлопок.

**5. Упражнение «Гриб-Полянка».**

Одна рука символизирует гриб: располагаем предплечье вертикально вверх, кисть собрана в кулак. Гриб стоит на полянке. Полянку делаем из второй руки горизонтально расположенной под первой выпрямленной ровной ладонью вниз, как за партой. Затем пеняем руки. Увеличиваем темп.

Его так же делаем в ритм стиха:

*Под осиной, у ворот*
*Подосиновик растет.*
*И горит-горит на нем*
*Шапка красная огнем.*

**6. Упражнение «Голуби летели».**

Руками делаем волнообразные движения, имитируя движение крыльев птиц. Затем сгибаем руки в локтях, приближая кисти к плечам, касаясь их пальцами. Потом перекрещиваем руки, прикладывая ладони к противоположным плечам. И поднимаем руки вверх. Затем повторяем тоже упражнение, но руки ставим на пояс, потом на бедра.

*Голуби летели,*
*На плечики сели,*
*Местами поменялись,*
*В небо поднялись.*

*Голуби летели,*
*И на пояс сели,*
*Местами поменялись,*
*В небо поднялись.*

*Голуби летели,*
*На коленки сели,*
*Местами поменялись,*
*В небо поднялись.*

**7. Упражнение «Зеркальце-Полочка».**

Одна рука подносится к лицу ладонью, как зеркало, большой палец оттопырен в сторону, перпендикулярно ладони. Другая рука – полочка, располагается горизонтально ладонью вниз, упираясь средним пальцем в ребро противоположной ладони, которая «зеркальце». Смотрим в «зеркальце», голову держим прямо, не поворачивая. Меняем положение рук местами. Взгляд следит за «зеркальцем».

*Покажу я фокус Вам*
*Я и тут, и я вон там.*
*мы так похожи.*
*мы корчим рожи.*
*Повторяю все движенья,*
*Это я и отражение.*

**8. Упражнение «Коза и Заяц»**

На одной руке складываем пальцы в «козу». Большой, средний и безымянный пальцы прижаты к ладони, указательный и мизинец выпрямлены и направлены вверх.  Другая рука в знаке «виктория». Указательный и средний пальцы вверх, остальные прижаты к ладони. Попеременно меняем руки.

*Заяц, Коза.*
*Большие глаза.*
*Коза оп.*
*Заяц топ.*