

Консультация для родителей «Использование подвижных нейроигр и упражнений нейрогимнастики в занятиях физкультурой»

Нейроигры и нейрогимнастика — это игры и комплекс упражнений для совершенствования мозговой деятельности.



Что такое нейро-игры?

Нейро-игры — это специальные игры, направленные на тренировку мозга и развитие нейронных связей. Они стимулируют работу различных функций мозга, таких как внимание, память, логика и координация движений. В отличие от обычных игр, нейро-игры направлены на достижение определенных образовательных и развивающих целей.

Преимущества использования нейро-игр на занятиях физической культуры:

- 1. Повышение мотивации.** Нейро-игры делают процесс занятий более интересным и захватывающим, что стимулирует детей к активному участию в упражнениях.
- 2. Развитие навыков командной работы.** Нейро-игры учат детей работать в коллективе, развивая социальные навыки и способность к сотрудничеству.
- 3. Улучшение координации движений.** Нейро-игры требуют от детей выполнения сложных двигательных задач, что способствует развитию моторики и координации.
- 4. Развитие когнитивных функций.** Участие в нейро-играх стимулирует работу мозга, улучшая память, внимание и способность к принятию решений.

Нейрогимнастика она активно задействует все органы восприятия, причем необычным образом и в разных комбинациях. Ее цель — развитие способности мозга устанавливать взаимосвязь между информацией, поступающей анализаторов, что позволяет создавать

Упражнения нейрогимнастики помогают осуществлению этих процессов на естественном уровне, не перегружая ребенка.

Главный принцип нейрогимнастики — постоянно изменять простые шаблонные действия, т.е. давать мозгу возможность решать привычные задачи непривычным образом.

Цели нейрогимнастических упражнений:

- синхронизация развития полушарий;
- развитие мелкой моторики;
- развитие координации, ловкости;
- развитие памяти, внимания;
- развитие речи и мышления.

Основные правила выполнения упражнений нейрогимнастики:

- должны быть задействованы не менее двух органов чувств;
- нужно концентрировать внимание на тех объектах или параметрах среды, которые ранее оставались незамеченными;
- следует менять привычные маршруты выполнения движения;
- необходимо выполнять упражнения регулярно.

Немаловажное достоинство отсутствие противопоказаний!

Нейрогимнастика состоит из простых и доставляющих удовольствие упражнений и игр. С помощью специально подобранных упражнений организм координирует работу правого и левого полушарий и развивает взаимодействие тела и интеллекта.

Если у ребенка слабая активная деятельность, то и речь у него, как правило, тоже страдает, а это значит сбой в работе мозга. Дело в том, что при выполнении определённых физических действий, и образуются эти связи, соответственно, повышается способность к обучению. Помочь в этом могут как раз нейродинамические упражнения.