*Киселева О. Н. педагог-психолог СП «Детский сад «Бабочка»*

*ГБОУ ООШ № 6 г. Новокуйбышевска Самарской области*

*«Использование игровой нейрогимнастики в коррекционно-развивающей работе*

*педагога-психолога в дошкольной образовательной организации»*

Нейрогимнастика – это специальные ассиметричные двигательные упражнения, которые выполняют двумя руками с целью включения в работу обоих полушарий мозга и развитию межполушарного взаимодействия.

Межполушарное взаимодействие необходимо для координации работы мозга и передачи информации из одного полушария в другое.

Отсутствие слаженности в работе полушарий мозга – частая причина трудностей в обучении и развитии детей дошкольного и младшего школьного возраста, так как не происходит полноценного обмена информацией между правым и левым полушариями каждое из которых выполняет специфические функции.

Обмен информацией между полушариями – один из центральных процессов в обучении, который происходит при развитии любого нового навыка, при изучении любой новой информации.

Главный принцип игровой нейрогимнастики – постоянно изменять и усложнять шаблонные действия, т. е. давать мозгу решать новые непривычные для него задачи. Это способствует развитию новых нейронных связей.

Польза упражнений игровой нейрогимнастики:

* активизация центров мозга, отвечающих за моторику и речь;
* развитие у ребенка умения выполнять произвольные действия, управлять своим вниманием;
* подготовка ребенка к школе: гимнастика готовит мозг к успешному овладению чтением, письмом, счетом, воспитывает волю, повышает его познавательную активность, стимулирует развитие внимания, памяти, мышления, пространственной сферы;
* улучшение мозгового кровообращения, повышение работоспособности, интеллектуальной выносливости, развитие межполушарного взаимодействия.

Игровая нейрогимнастика с детьми дошкольного возраста, начиная уже с детьми 4-х лет может использоваться как отдельное занятие, так и включение ее непосредственно в занятия, как вспомогательный инструмент.

Непосредственно перед нейрогимнастикой необходимо выполнить с детьми разогревающие упражнения. Это может быть: растирание каждого пальца по очереди, сжимание пальцев в замок, встряхивание и растирание ладоней и другие.

Чтобы освоить ребенку нейрогимнастику, необходимо:

1. запомнить с ребенком само упражнение. Для этого мы показываем жесты, и ребенок их повторяет сначала одной рукой, затем другой;
2. выполняем упражнение одновременно двумя руками, синхронно одинаковые жесты;
3. делаем движения одновременно двумя руками, но показываем разные жесты (т. е. движения идут асинхронно двумя руками одновременно);
4. добавляем усложняющие элементы.

Когда ребенок начинает выполнять упражнение легко, автоматически и не прикладывая усилий – это знак, что упражнение перестает приносить максимум пользы и его нужно менять или усложнять.

При выполнении различных интеллектуальных упражнений в первый раз кровоснабжение и соответственно активность мозга максимальные. А уже при повторном предъявлении сила кровотока заметно снижается. Эффективность упражнения падает и оно перестает нести развивающую силу.

Не создаются новые нейронные связи, импульс проходит по уже сформировавшимся участкам.

Чтобы усложнить упражнение, можно выполнять жесты чередуя с хлопком и кружением, подключать речь, ноги, глаза, счет.

Используя упражнения нейрогимнастики важно помнить о том, чтобы они были интересны детям. С этой целью хорошо придумывать названия упражнений или создавать какую-то легенду.

В упражнениях обязательно должны быть задействованы кисти рук. Для этого можно использовать различные предметы: массажные мячики, кубики и др.

Упражнения на уровне тела тоже полезны для развития межполушарного взаимодействия. Например: одной рукой гладим по столу, другой стучим.

Рисование асимметричных рисунков в воздухе и в прописях тоже является частью игровой нейрогимнастики.

Нейрогимнастика дает большой простор фантазии и придумывание разных игровых вариантов упражнений.