

## **Консультация для родителей «Нейроигры и упражнения для детей»**

Игра – это ведущая деятельность ребёнка с рождения и до младшего школьного возраста. Она ненавязчиво учит социальным нормам, развивает умения и навыки ребёнка. В игре у малыша растёт интерес и мотивация к занятиям.

Нейропсихологические игры: что это и чем полезны для ребёнка?

Нейропсихология – наука, изучающая психические процессы, происходящие в головном мозге. С помощью неё мы понимаем, как работает наше внимание, память, ориентация в пространстве, восприятие окружающего мира и другое.

Нейропсихологические игры не заменяют полноценное обучение, а помогают и корректируют небольшие нарушения у детей. Кому особенно полезны нейропсихологические игры? Ребятам, которым сложно сосредотачиваться, запоминать материал, переключаться с одного вида деятельности на другой, а также тем, у кого есть проблемы с поведением и обучением. Они будут полезны и тревожным детям, которые боятся ошибок, детям, которые порой чересчур импульсивно реагируют на что-то или, напротив, слишком медлительны.

Нейроигры способствуют развитию: памяти, внимания, развитию слухового, зрительного, осязательного восприятия, логики, умению делать прогнозы, приходить к выводам, основываясь на разных факторах.

Прежде чем приступить к нейропсихологическим упражнениям для детей, убедитесь, что ребёнок в хорошем настроении. Не настаивайте и не перегружайте малыша занятиями, иначе достичь нужного эффекта не получится. Ребёнок начнёт протестовать и вовсе откажется от каких-либо совместных игр. Комбинируйте разные упражнения, чередуйте подвижные и спокойные занятия. Начинайте с простых и доступных для малыша игр, чтобы он видел, что может с ними справиться. Постепенно добавляйте более сложные упражнения. Достаточно проводить занятия до получаса, главное – регулярно. Не забывайте хвалить ребёнка за успехи, не акцентируйте внимание на том, что не получается. И помните – это игра, где есть место веселью, никакой «обязаловки».

### **1. «Робот»**

Цель игры – выполнять команды ведущего. Он говорит последовательность действий, например: правую руку вверх, правой ногой шаг назад, поворот налево, присед на левую ногу и так далее. Важно говорить чётко и последовательно, чтобы малыш успел усвоить информацию и не запутался. Позже ребёнок хорошо запомнит, где какая сторона и будет выполнять действия быстрее и без ошибок. Тогда можно будет постепенно усложнять упражнение, подключив наклоны, повороты головы, взмахи и другое.

### **2. «Путаница»**

Усложнённый вариант игры «Робот». Ведущий говорит, какое действие необходимо выполнить, но сам при этом делает что-то другое. Например, нужно

положить правую руку на бок, но он поднимает левую руку. Задача ребёнка – не попасться на уловки ведущего, а внимательно послушать, что он говорит, и сделать всё правильно. Такое упражнение отлично улучшает концентрацию.

### 3. «Вода-земля»

Эту игру можно проводить как для одного ребёнка, так и для целой компании. Сделайте «берег». Это может быть верёвка, плинтус, край ковра, пледа или любая другая вещь, которая обозначит границу. Игроки встают на «землю». Ведущий говорит: «вода», дети должны прыгать на другую сторону. «Берег» – все возвращаются на землю. Сначала потренируйтесь, посмотрите, чтобы все дети поняли, что от них требуется, а затем переходите к основной части. Ведущий может прыгать вместе с участниками, командуя: «вода», «земля», «вода», «земля». Когда ребята привыкнут к этой последовательности, измените её: «вода», «земля», «земля», «вода». На такую уловку, как правило, попадают те ребята, у которых есть трудности с переключением внимания. Они привыкли действовать по старой схеме и делают это автоматически. Если ребёнку сложно переключаться моментально, то можно предложить ему проговаривать действия вслух. Речь поможет сосредоточиться.

### 4. «Повтори рисунок»

Ребёнок рисует картину, состоящую из геометрических фигур. Вы не должны видеть, что получилось. Художник должен сам детально и точно описать рисунок, а вы должны его повторить на своём листе. Получилось? Если да, то это отличный результат. Можете меняться ролями.

### 5. «Покажи путь»

Ведущему завязывают глаза. Ребёнок должен провести его от точки А до точки Б, подсказывая, куда двигаться и на сколько шагов. Например: два шага вперёд, четыре шага вправо, один шаг назад, два вправо, три вперёд. Задача – ведомый не должен ничего задевать, пока идёт.

Запрещается врезаться в стулья и стены, спотыкаться о подушки и тапки.

### 6. «Графический диктант»

Приготовьте листочек в клеточку. Вы диктуете, а ребёнок рисует, например, 2 клетки вправо, 1 вниз, 5 вправо, 3 вверх. Задача дошкольника быть внимательным и чётко следовать инструкциям. В итоге должен получиться рисунок.

### 7. «Расположи по порядку»

Это упражнение направлено на развитие памяти. Попросите ребёнка перечислить по порядку времена суток, времена года, месяцы, цифры, названия планет и так далее. Можно использовать картинки.

## 8. «Найди меня»

В непрозрачный мешочек положите разные предметы, цифры, буквы (подойдут детали от магнитной доски или вырезанные из картона).

Предложите ребёнку опустить руку в сумочку и отыскать загаданную цифру или предмет

## 9. «Угадай-ка»

Игра подходит для ребят старше 6 лет. Определите с ребёнком тему, например, животные, известные люди, праздники или возьмите карточки из игры «Лото», где будут изображены разные предметы. Вы должны загадать что-то одно и попросить малыша угадать, что именно. Для этого он должен задавать вам вопросы, на которые можно отвечать только «да» или «нет».

Сложность в том, что часто дети начинают просто перечислять: «это тигр?», «сова?», «ящерица?». Но так игра затянется надолго. Угадать загаданное будет крайне трудно. Подскажите, что нужно объединять животных по группам и спрашивать об их общих признаках. Например, есть обитатели рек и морей, а есть те, кто живёт на суше. Задав вопрос «это животное живёт в воде?» и, получив ответ «да» или «нет», можно отбросить огромную часть возможных вариантов. Так, предметы можно разбить по размеру, цвету, предназначениям, материалам и другим признакам, и задавать вопросы в соответствии с этим. Постепенно круг возможных вариантов будет сужаться.

## 10. «Опиши меня»

Теперь очередь ребёнка загадывать предметы, а вы должны угадать задуманное по описанию. Например, малыш выбрал резиновые сапоги. Ему нужно рассказать о них так, чтобы вы поняли, о чём идёт речь. Как это может выглядеть: «Их надевают в дождливую погоду, бывают разных цветов, ноги в них не промокают».

## 11. Рисование двумя руками

Такая нестандартная техника творчества активизирует сразу оба полушария головного мозга. Рисование двумя руками повышает умственную способность и работоспособность, а также снимает тревожность, которая часто мешает сосредотачиваться на заданиях. Для занятий с детьми предлагаем рабочие листы, где нужно одновременно двумя руками обвести по линиям узоры и рисунки. Рисовать можно карандашами, фломастерами или ручкой.

## **Нейрогимнастика.**

**«Черепашка».** Одна черепашка прячет голову в панцирь – ребёнок сжимает правую руку в кулак. Другая черепашка выглядывает из своего домика – левая ладонь раскрыта. Потом меняем руки. Повторяем упражнение несколько раз. Затем усложняем гимнастику. В момент смены положения рук делаем хлопок. Постепенно ускоряемся.

**«Кулак, ребро, ладонь».** Сжимаем правую руку в кулак и ставим на ребро, затем расправляем ладонь, после кладём её на стол. Повторяем упражнение несколько раз, чтобы закрепить последовательность действий. Подключаем левую руку и делаем гимнастику одновременно двумя руками, постепенно ускоряясь.

**Сжимаем обе руки в кулак.** Затем на левой руке раскрываем мизинец, а на правой – указательный палец. Делаем это одновременно. Убираем пальчики и меняем положение. Теперь на левой руке вытягиваем указательный палец, а на правой – мизинец. Когда упражнения будет получаться без ошибок, добавляем хлопок, затем пробуем ускориться. Обратите внимание, что такую гимнастику выполнить очень непросто. Требуется концентрация, сосредоточенность и внимательность.

**«Твистер».** Только здесь задействованы одни руки. Нужно перекладывать ладошки с одного цвета на другой, как укажет стрелка. Играть можно вдвоём. «Твистер» удобно располагать на столе.

**«Кольцо».** Упражнение, которое можно делать «между делом»: в дороге, на прогулке, в очереди, дома. Малыш перебирает пальчиками, соединяя большой палец со всеми остальными по очереди.

Играйте и развивайтесь непринуждённо и весело. Тогда обучение будет в удовольствие.