



## Уважаемые родители!

**Х**отите, чтобы ваш ребёнок связно и последовательно излагал свои мысли, сравнивал, обобщал, запоминал, умел концентрироваться на нескольких действиях одновременно, переключаться с предмета на предмет и распределять внимание между различными занятиями? Тогда играйте с ним в нейроигры! Маленький фантазёр с увлечением будет повторять упражнения, которые видит на картинках. Малыш расширяет кругозор, развивает фантазию и воображение, учится быть внимательным, терпеливым и усидчивым. Движения ребёнка постепенно становятся более ловкими, точными и слаженными. У ребёнка активизируется речь, повышается эмоциональная устойчивость, развиваются координация, память, концентрация внимания, умение ориентироваться в пространстве, закрепляются полезные навыки, необходимые для успешного обучения в школе.

О пользе физических упражнений люди знали давно — со времён Аристотеля и Гиппократов. Позже появилась наука о движении — кинезиология, изучающая влияние специальных двигательных упражнений на здоровье человека. В XX веке одним из направлений кинезиологии стала нейропсихология. Эта молодая наука исследует взаимосвязи головного мозга с психическими процессами и поведением человека.

Основная задача практической нейропсихологии — улучшение взаимодействия правого и левого полушарий головного мозга. Правое полушарие отвечает за

образное, гуманитарное мышление, левое — за знаковое, математическое. В осуществлении таких высших психических функций как речь, внимание, память, мышление огромную роль играет согласованность деятельности полушарий.

При выполнении ребёнком специальных синхронных и асинхронных движений (особенно пальцами рук) в мозгу образуются дополнительные нейронные связи, происходит гармонизация межполушарных взаимодействий. У малыша повышается способность к обучению и творчеству. «Гимнастика для мозга» — это современная методика активации природных механизмов работы мозга при помощи физических упражнений, объединяющих движение и мысль.

Если у ребёнка отмечается избыточная активность, резкие перепады настроения, быстрая утомляемость, неусидчивость, недостаточная ловкость движений, то нейропсихологические игры способны ему помочь. Также нейроигры будут полезны детям, у которых отмечаются речевые нарушения или плохо развита мелкая моторика. Ведь причина проблемы часто кроется в недостаточном развитии взаимодействий между полушариями мозга.

В книге предложена нейрогимнастика для детей дошкольного и младшего школьного возраста. Простая техника чудо-движений решает сложные проблемы, способствуя развитию гармоничной личности.

Удачи вам и вашему малышу!

*О. А. Новиковская*

## Нейроигры с предметами

Эти занимательные игры полезны и маленьким детям, и ребятам-школьникам. Используйте игрушки и предметы, которые есть в каждом доме. Все игры имеют простой и усложнённый варианты, предназначенные для детей разного возраста.

### Игра «Ловкие ручки»

*Предметы:* мягкая губка, клубок ниток или маленький резиновый мячик.



*Исходное положение:* сидя или стоя.

1. Читай стишок и повторяй движения:

*Эта ручка — правая* (сожми губку или мячик правой рукой),

*Эта ручка — левая* (переложи губку или мячик в левую руку и сожми её левой рукой).

*Я на губку нажимаю* (переложи губку или мячик из руки в руку, каждый раз сжимая),

*Я зарядку делаю.*

2. Возьми в каждую руку по губке. Сожми их сначала одновременно, а потом по очереди.

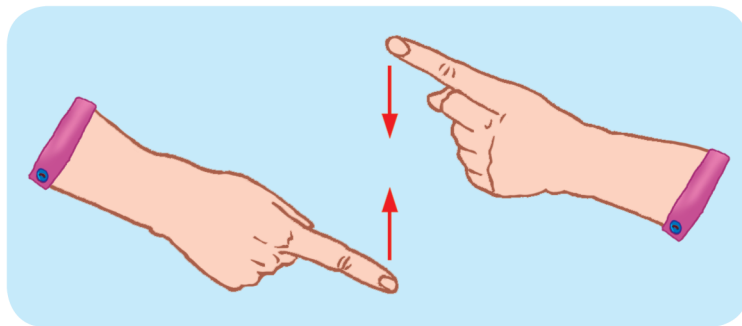
3. Усложним задание: сначала сожми две губки одновременно, потом 2 раза подряд сожми губку в правой руке и затем — 2 раза в левой руке. Повтори последовательность несколько раз, постепенно увеличивая темп.

4. Придумай свою последовательность движений и выполни её несколько раз подряд.

## Игра «Барабан»

*Предметы:* стол или барабан.

*Исходное положение:* сидя за столом.



1. Барабань ладонями по столу. Сначала движения обеих рук синхронные, затем — по очереди.
2. Барабань по очереди правым и левым указательными пальчиками сначала по столу, а потом по барабану.
3. Отбей ритм, состоящий из чередования одного длинного (I) и двух коротких (II) ударов.
4. Барабань палочками по барабану, отбивая ритмы: П I П, П П I, I П П, П I П I.
5. Сам придумай и повтори разные ритмы.

