

Использование нейроигр в физическом воспитании дошкольников.



Ведущей деятельностью ребенка в дошкольном возрасте является игра, которая чрезвычайно многообразна по содержанию, характеру организации. В дошкольном учреждении каждый педагог использует здоровьесберегающие технологии.

В современном мире, в мире стремительного развития технологий, появляется все больше методик для интересного и гармоничного развития детей. В физической культуре также появляются новые методики и инновации. Одним из последних открытий стало использование на занятиях физической культурой нейроигр. Существует множество программ физического развития дошкольников, но инструкторы по физкультуре продолжают поиск новых современных форм, методов и приемов совершенствования своей работы. Один из таких приемов — включение в традиционные занятия элементов нейрогимнастики или подвижных и малоподвижных нейроигр.

Нейрогимнастика, нейроигры, нейродинамические упражнения, кинезиологические упражнения и т.д. — всё это не только гимнастика для тела и его частей, но и одновременно - гимнастика для мозга.

Так что же такое нейроигры?

Нейроигры для детей дошкольного возраста — это специальные игровые комплексы, основанные на принципах нейропсихологии. Они

разрабатываются с учётом возрастных особенностей детей и направлены на стимуляцию различных участков мозга, тренировку мозга и развитие нейронных связей.

Цель нейроигр — развитие психических процессов: памяти, внимания, мышления, зрительно-моторной пространственной координации, активизации речи.

Преимущества использования нейроигр на занятиях физической культуры:

1. Повышение мотивации. Нейроигры делают процесс занятий более интересным и захватывающим, что стимулирует детей к активному участию в упражнениях.

2. Развитие навыков командной работы. Нейроигры учат детей работать в коллективе, развивая социальные навыки и способность к сотрудничеству.

3. Улучшение координации движений. Нейроигры требуют от детей выполнения сложных двигательных задач, что способствует развитию моторики и координации.

4. Развитие когнитивных функций. Участие в нейроиграх стимулирует работу мозга, улучшая память, внимание и способность к принятию решений.

Нейрогимнастика – это система упражнений для развития нейропластичности, т. е. способности нейронов и нейронных сетей в мозге изменять связи и поведение в ответ на новую информацию, сенсорное стимулирование и другой опыт. Другими словами - это не только гимнастика для тела, но и одновременно гимнастика для мозга. Нейрогимнастика активно задействует все органы восприятия, причем необычным образом и в разных комбинациях. Ее главная цель - развитие способности мозга устанавливать взаимосвязь между информацией, поступающей от различных анализаторов, что позволяет создавать новые нейронные связи.

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

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.

При выполнении определённых физических действий у человека образуются нейронные связи, соответственно, повышается способность к обучению. Поэтому, чтобы образовывать и развивать эти связи у детей дошкольного возраста можно использовать как раз нейродинамические упражнения и игры в процессе занятия по физической культуре. Далее приведем пример таких игр и упражнений для детей старших и подготовительных групп.

В вводной части занятия можно использовать ходьбу с заданиями для рук на каждый шаг, разную постановку стоп при ходьбе – правая нога на носок, левая - на пятке, ходьба спиной вперёд, ходьба ноги с крестно меняя ноги на каждый шаг и т. д. Ещё можно использовать для ходьбы оборудование (дорожки, мостики, специальные коврики, координационные (верёвочные) лестницы).

В общеразвивающих упражнениях можно использовать разноименное поднятие ног и рук, а также задания для рук при выполнении привычных упражнений – при выполнении приседаний менять положение рук в определенном порядке на каждое приседание. Приступать к занятиям следует, постепенно включая по одному (или по два) простых задания.

Нейроигры.

1. Дети с палкой в руках встают в обруч или кольцо. Второе кольцо палкой они передвигают по ходу движения. Прыгают в кольцо, и опять

палкой передвигают кольцо перед собой. Так, двигаясь вперед, они поочередно переставляют кольцо.

2. Обручи раскладывают параллельно в две шеренги. Дети (один с мячом, другой без мяча) одновременно прыгают в первые обручи. Ребенок, у которого мяч, бросает мяч второму ребенку, затем они одновременно перепрыгивают в следующие обручи, ребенок возвращает мяч, затем они опять перепрыгивают в следующие обручи и т.д.
3. Дети встают парами спиной друг к другу. У одного ребенка в руках – мяч. По команде дети начинают передавать мяч через голову, а потом между ног. Меняют передачу с одной стороны, потом с другой. (Поворачиваясь друг к другу сначала правым, потом левым боком)
4. Дети встают в две шеренги, друг напротив друга, между парами лежит обруч с предметами разного цвета. По команде или показу дети выполняют различные упражнения, педагог называет какой-нибудь цвет, дети должны быстро взять предмет названного цвета. Ребенок, взявший предмет первым – выигрывает.
5. Дети идут по канату, скрещивая ноги перед собой вперед, переходят на другой канат и начинают двигаться спиной, скрещивая ноги сзади. Усложнение: при ходьбе передавать мяч из руки в руку, передавать мяч перед собой и за спиной, передавать мяч вверх и т.д.
6. На линии старта лежат обруч или корзина с разноцветными шариками, на расстоянии 5 метров в ряд стоят разноцветные подставки. Ребенок берет шарик определенного цвета и бежит до подставки, кладет шарик на соответствующую подставку.
7. Под конусами прячутся шарiki разного цвета, дети добегают до конуса, берут шарик и ставят на соответствующую цвету подставку.
8. Обручи расположены в ряд. С одной и другой стороны стоят подставки. На подставках справа лежат шарiki. Дети в полуприседе, перепрыгивая из обруча в обруч, перекладывают шарiki с одной стороны на другую. Можно перешагивать из обруча в обруч, приседая, брать шарик, вставать перекладывая шарикверху прямыми руками над головой, можно перекладывать перед собой и за спиной и т.д.
9. Дети, стоя на балансирах или сибирском борде, напротив друг друга передают мячики одновременно: правой отдает, левой забирает, получив мячик, каждый ребенок перекладывает мячик за своей спиной, затем снова передает и одновременно забирает мячик друг с другом. Усложнение: Передают друг другу мячики, скрестив руки. Сначала мячик оказывается в правой, потом в левой руке.

10. Ребенок стоит на балансирах. Перед ним расположен ряд с подставками (футбольные разноцветные фишки) и обруч с разноцветными шариками. Стоя на балансирах, ребенок при помощи снеголепа перекладывает шарик по цвету на подставку.
11. Дети образуют круг, сидя «по-турецки». Два ребенка, сидящих напротив друг друга начинают передавать шарик из корзинки в следующем порядке: два хлопка передача шарика соседу. Затем продолжается передача шариков следующим детям. Те дети, перед которыми появляются шарик выполняют сначала два хлопка, затем перекладывание шарика соседу и т.д. Когда шарик доходит до ребенка напротив, то последний начинает складывать шарик в корзину.
12. На полу обозначены точки разного цвета, ребенок берет в руки кубик синего цвета и прыгает только по синим точкам до подставки синего цвета, назад возвращается бегом, следующий ребенок с красным кубиком передвигается по красным точкам и т.д.
13. Игра «Ладони, ступни». Дорожка из ладоней и ступней разложена в хаотичном порядке. Ребенок проходит дорожку, прикладывая ладони и ступни в указанном порядке.
14. К обручам привязывается шнур. Один ребенок тянет за шнур, спиной двигаясь назад, другой ребенок в обруче двигается согласно движению обруча.
15. Дети сидят или стоят по кругу с прищепками в руках, под музыкальное сопровождение они передают «Солнышко» и прикрепляют прищепку как «лучик», не помогая другой рукой.
16. Стоя на месте, в каждой руке по теннисному мячику. Ребенок мяч отбивает правой рукой об пол, левой подбрасывает вверх. Потом движения рук меняются.
17. Перед каждым ребенком стоят три футбольные фишки, на одной из них лежит мячик. Ребенок подбрасывает вверх воздушный шарик, наклоняется и перекладывает мячик с одной фишки на другую, и ловит воздушный шарик. Затем повторяет все движения, перекладывая мячик в другую фишку.
18. Выкладывается дорожка из обручей. В каждый обруч кладется косичка, располагая ее по-разному (параллельно, вертикально, слева - направо, справа - налево). Ребенок прыгает, ставя ноги параллельно (косичка должна оставаться между ног).