**Нейроигры в развитии детей дошкольного возраста**

«Руки учат голову,

затем поумневшая голова учит руки,

 а умелые руки снова способствуют [развитию мозга](https://www.maam.ru/obrazovanie/razvitie-rebenka)**»**.

*Павлов И.П*

Современное поколения детей - это дети, которые не представляют жизни без гаджетов и интернета. Зачастую, взрослые создают ограниченную, с точки зрения развития, развивающую среду. Приобретая игровой материал, родители выбирают гаджеты, электронные игры, а также малофункциональные игрушки со строго заданными функциями. Все это ведет к тому, что с каждым годом все больше физически и соматически ослабленных детей. Отмечается моторная неловкость, нарушение функций мелкой моторики рук, нарушения коммуникаций и речи, снижение устойчивости внимания.

Ребенок получает информацию при помощи органов чувств, которые, в свою очередь, передают сведения в мозг. Его продуктивная работа является залогом внимания, хорошей памяти, умения быстро переключаться с одного вида деятельности на другой. И самое интересное – мозг можно тренировать. Он **развивается** при условии высокой двигательной активности. Под двигательной активностью понимается активность как общей моторики (ходьба, бег, прыжки и т. д., так и мелкой *(пальцы, глаза, речевой аппарат и т. д.)*.

Существуют комплексы [нейрогимнастики для детей](https://www.maam.ru/obrazovanie/nejropsihologiya%22%20%5Co%20%22%D0%9D%D0%B5%D0%B9%D1%80%D0%BE%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B5%20%D0%B8%D0%B3%D1%80%D1%8B%20%D0%B8%20%D0%B7%D0%B0%D0%BD%D1%8F%D1%82%D0%B8%D1%8F) с полезными упражнениями, которые позволят **развивать** мозг и совершенствовать его деятельность

**Нейрогимнастика***(Гимнастика для мозга для маленьких****детей****)*— это простые упражнения, которые направлены на повышение навыка целостного **развития мозга**.

**Нейродинамическая гимнастика для дошкольников** дает возможность решить массу конкретных задач, а не только усилить межполушарное взаимодействие и когнитивные способности. Польза ее в следующем:

 - стимулирует **развитие** памяти и мыслительной деятельности;

 - помогает получить энергию, необходимую для обучения;

 - снижает утомляемость; улучшает моторику, как мелкую, так и крупную;

 - благоприятно сказывается на процессе письма и чтения;

 - повышает продуктивную работоспособность;

формирует уверенность в себе при публичных выступлениях, что непременно потребуется в школе, когда ребенку нужно будет читать доклад перед аудиторией, а также сдавать экзамены. Регулярные занятия помогут улучшить ряд физических навыков, в частности выполнение симметричных и асимметричных движений, соблюдение равновесия, подвижность плечевого пояса, ловкость рук и кистей. **Дошкольники** учатся сидеть прямо и не испытывать при этом дискомфорт, становятся более ловкими. Также такие тренировки позволяют усовершенствовать эмоциональные навыки, сделать ребенка менее подверженным стрессу и более общительным, научат его проявлять свои творческие способности в процессе игры, а затем – и в учебной деятельности.

Приступать к выполнению гимнастики для мозга необходимо в среднем **дошкольном возрасте**, то есть в 4-5 лет. В 5-6 лет ребенку можно предложить более сложные упражнения, которые учитывают специфику его **возрастного развития**. Это станет важнейшей частью подготовки **детей к школе**, ведь для успешной учебной деятельности необходимо нормальное **развитие мозолистого тела**, чего и позволяет добиться **нейродинамическая гимнастика**. К 7-8 годам у **детей** уже полностью сформируется межполушарное взаимодействие и что-либо изменить станет гораздо сложнее, поэтому приступать к занятиям лучше всего именно в 4-5 лет.

Заниматься каждый день, не пропуская, но без принуждения. Лучше сделать меньше, но качественнее. Продолжительность гимнастики – не более 5-7 минут. Не стоит ограничиваться стандартными рамками. Ребенку будет гораздо интереснее, если сегодня упражнения будут выполнены на улице, а завтра, например, во время помощи маме. Удобство комплекса и состоит в том, что тренировка не привязана к месту и временному промежутку. В зависимости от индивидуальных способностей ребенка следует постепенно усложнять задание – например, ускорить темп выполнения. Важно, чтобы каждое упражнение выполнялось точно и правильно. Чтобы дети не утрачивали интерес, упражнения можно комбинировать и менять местами. В одну тренировку не надо включать *«все и сразу»*, 5-6 качественно выполненных заданий вполне достаточно.

По мере овладения упражнениями, ребенок становится более уверенным в себе, и таким естественным образом улучшается эмоциональное состояние ребёнка. Эмоции, за которые отвечает лимбическая система в головном мозге, определяют разрядку **нейропередатчиков**, которые усиливают или ослабляют наш иммунитет. Радость, горе, удивление – все это влияет на нашу иммунную систему.

Таким образом, использование **нейроигр** и приемов способствует преодолению и коррекции имеющихся у **детей нарушений**: интеллектуальных, речевых, двигательных, поведенческих расстройств и созданию базы для успешного преодоления психоречевых нарушений.

**Примерные динамические упражнения с функциональными нагрузками для развития мелкой моторики в движениях, выполняемых одновременно:**

        укладывание горошин в корзину одновременно обеими руками (лежащие на столе горошины брать большим и указательным пальцами);

        сжимать – разжимать кулаки в разнобой (когда правая рука сжата в кулак, левая расправлена и наоборот);

        отбивать (в удобном темпе) по одному такту правой (левой) рукой, одновременно описывая в воздухе указательным пальцем левой

 (правой) руки небольшой кружок;

        взять в правую и левую руку по карандашу и одновременно постукивать ими по бумаге, стараясь не попадать одновременно в одну и туже точку дважды (порядок расставления точек произвольный).

        одновременное выбрасывание вперед кистей рук, пальцы одной из которых сжаты в кулак, другой - поставлены в позу кольца.

        пальцами горизонтально вытянутых рук описывать в воздухе круги правильной формы любого размера, но одинаковые для обеих  рук. Правой рукой круги описывать по часовой стрелке, левой - в обратном направлении.

        отбивать в удобном темпе по одному такту правой (левой) рукой, ударяя одновременно по столу указательным пальцем левой (правой) руки.

*Подготовила: педагог-психолог Уразова Ю.А.*