

МКДОУ АМО «Ачитский детский сад «Улыбка»
-филиал «Ачитский детский сад «Тополёк»,
Ярушина Ю.А.,
инструктор по физической культуре, ВКК

«Использование нейроигр и нейроупражнений в физическом воспитании дошкольников»

Государственная политика в области дошкольного образования на современном этапе предполагает необходимость изменений в содержании и способах организации педагогического процесса в ДОУ. Социальный прогресс, высокие темпы развития науки и техники приводят к тому, что общество предъявляет всё более высокие требования даже к дошкольному образованию. Программой на первый план выдвигается развивающая функция образования, обеспечивающая становление личности ребенка и ориентирующая педагога на его индивидуальные особенности. Задача инструктора по физкультуре – помочь детям не только стать физически крепкими и здоровыми, но и обеспечить благоприятные условия для воспитания и формирования основ полноценной, гармоничной личности.

Главной ценностью педагогической культуры является ребенок: его развитие, образование, воспитание, социальная защита и поддержка его достоинства и прав человека.

В последние годы мы обратили внимание, на то, что у дошкольников наблюдается двигательная неловкость, малоподвижность, скованность, замедленность движений, ограничен объем движений, или двигательная гиперактивность, большое количество лишних движений. Это показывают и результаты тестирования уровня физического развития и физической подготовленности дошкольников, а конкретно тест на статическую координацию. Изучая научную литературу по физическому развитию детей, статьи мы пришли к выводу, что наиболее значимы в развитии моторной базы, зрительно-моторной координации, ритмичности, динамической координации и согласованности является интеграция элементов нейроигр и нейроупражнений в традиционные занятия физической культуры.

Нейроигры и нейроупражнения – это специальные игры и упражнения, направленные на тренировку мозга и развитие нейронных связей. Они стимулируют работу различных функций мозга, таких как внимание, память, логика и координация движений. В отличие от обычных игр, нейроигры направлены на достижение определенных образовательных и развивающих целей.

Современные исследования доказывают, что развитие мозга у детей тесно связано с движением. Поэтому включение нейроигр и нейроупражнений в физкультурные занятия это отличный способ разнообразить занятия по физической культуре и сделать их более эффективными для развития детей.

Преимущества использования нейро-игр 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.*

Использование нейроупражнений и нейроигр на занятии:

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, координационные (верёвочные) лестницы).

В общеразвивающих упражнениях можно использовать разноименное поднимание ног и рук, а также задания для рук при выполнении привычных упражнений – при выполнении приседаний менять положение рук в определенном порядке на каждое приседание.

«Ухо-нос» или **«Веселые обезьянки»**. *Левой рукой беремся за кончик носа, а правой в этот же момент за противоположное ухо. Теперь одновременно отпускаем ухо и нос, хлопаем в ладоши, меняем положение рук с точностью «до наоборот».*

Крабик. *Ребенок становится на пол, опираясь на руки и ноги (но именно ступни, а не колени), и ходит на четвереньках. При этом движения прямо, вперед, назад, в сторону, как краб, слева направо и справа налево.*

Игра «Ножки и ладошки». *Предлагаем ребенку пройти полосу препятствий.*

Нейроигры и упражнения с мячом.

С мячом можно проводить игры и упражнения, как индивидуальные, парные, так и командные, общие. Они могут быть разными: кидать мяч двумя руками одновременно, как вперёд, так и назад (за спину) – просто, а можно в цель; подбрасывать и перекидывать одной рукой, а ловить другой; сбивать мишень; отбивать о стену – ловить, перепрыгивать через него и т.д и т.п.

В играх с мячом можно использовать различные варианты добавления слов, например: называет месяц, время года, читает стихотворение по очереди, считают вслух и т.п.

Игра развивает внимание, межполушарное взаимодействие, двигательную активность.

Таким образом, нейроупражнения, не просто дополняют традиционные методы физической культуры, но и создают условия для комплексного развития ребенка. Упражнения, направленные на развитие двигательной активности, проясняют не только физические способности, но и влияние на память, внимание и даже на социальные взаимодействия детей. Дети, активно занимающиеся нейроупражнениями, лучше адаптируются в коллективе и умеют общаться и работать в команде. Выполняя задачи, требующие осознания и координации движений, дети развивают способность к обучению и приобретению новых навыков быстрее, чем те, кто не использует этот метод. Эти игры могут включать элементы соревновательности, командного взаимодействия, а также индивидуальной работы, что способствует формированию не только физической, но и социально-эмоциональной компетентности.

Мастер-класс по обучению педагогов: Игра «Синхронные прыжки»