



## ПРОЕКТ «С НЕЙРО ПО ЖИЗНИ»

Нейродинамическая гимнастика – это система физических упражнений и подвижных игр, направленных на развитие сенсомоторной интеграции – способности мозга объединять и обрабатывать информацию, поступающую от органов чувств.

Нейродинамическая гимнастика может включать в себя разнообразные комплексы упражнений и тренажеры, направленных на развитие межполушарных связей, зрительно-моторной координации, мелкой моторики, ловкости и координации движений, растяжки, расслабляющие и дыхательные техники, стимулирующие развитие всех каналов сенсорной информации.

### Билатеральная нейродорожка

«Здравствуйте, ножки! Здравствуйте, ладошки!»

#### Цель:

Мозжечковая стимуляция, наращивание нейронных связей.

Развитие межполушарного взаимодействия.

#### Задачи:

- развитие пространственных представлений, точности и координации движений;
- формирование функции контроля, баланса;
- формирования схемы тела;
- профилактика нарушения процесса контроля позы и положения тела;
- развитие чувства равновесия.

**Направленность:** игра для детей с 3 до 6 лет, будет интересна как для нормотипичных детей, так и для детей с ОВЗ. Рекомендую использовать дефектологам, логопедам, воспитателям на занятиях в качестве динамической паузы.

**Оборудование:** разноцветная дорожка из отпечатков ладоней и стоп. Музыкальное сопровождение.

**Ход игры:** на полу выкладывается дорожка из разноцветных отпечатков стоп и ладоней. Дети парами встают по обе стороны от дорожки и выполняют движения частями тела, изображенными перед ними. Соединяют ладони: только правые/ только левые/ перекрестно/обе противоположные. Соединяют стопы: только правые/ только левые/перекрестно. После выполнения одного упражнения переходят к следующему, таким образом проходят дорожку до конца. Для создания ситуации успех на начальном этапе педагог с ребенком совместно учат порядок выполнения движений: движения только ладонями, движения только стопами. Когда дети усвоят навык, цепочка движений соединяется и дети выполняют нейрогимнастику без направляющей помощи педагога.

Игра направлена на стимуляцию и коррекцию третьего функционального блока головного мозга, отвечающего за программирование, регуляцию и контроль.