

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида № 20 муниципального образования
Тимашевский район**

Мастер-класс для педагогов

**«Эффективные современные технологии
в работе учителя-логопеда с детьми с ОВЗ:
нейрогимнастика для дошкольников»**

**Учитель-логопед
Токмакова Т.А.**

Цель: познакомить педагогов с приемами нейрогимнастики.

На сегодняшний день, наблюдая и диагностируя дошколят, все и больше и больше появляется детей с речевыми нарушениями, с задержкой речевого развития, с задержкой психического развития, гиперактивных и невнимательных. Все чаще встречаются дети моторно неловкие, т.е. наблюдается вялость мышц, нет желания и сил прыгать, бегать, элементарно такие дети неловко прыгают на 1 ноге, не могут поймать и бросить хорошо мяч, плохо переключаются с одного движения на другое.

Почему же наблюдается такая ситуация? Причин может быть много. Это и экологические, биологические, социальные факторы, влияющие на состояние и развитие наших детей. Но еще одна немаловажная причина, на мой взгляд, это малоподвижный образ жизни наших детей.

Вспомните, как проводили время в детстве: бегали босиком, прыгали через скакалку, в резиночку играли, крутили обруч, играл в классики, играли с мячом и т.д.. А наши дворовые игры с соблюдением правил: это прятки, городки, казаки-разбойники, колечко, вышибалы и многое другое...

А кто видит в наше время прыгающих и бегающих детей на улице? А со скакалкой, с обручем? Современное поколение ведут малоподвижный образ жизни, сидят возле гаджетов, в телефонах, у компьютера. Да сейчас время цифровых технологий, и от этого никуда не деться, дети больше нас разбираются в технике и это здорово. Но мы идем с вами к тому, что современное поколение – с каждым годом становится физически, психически, соматически ослаблено.

Ведь бегая и прыгая, а так же играя по правилам, у нас развивалась координация движений, ориентировка в пространстве, общая моторика, ловкость, гибкость, контроль над собой, переключаемость движений.

Таким образом, недостаточность физической активности ведет наших детей к плохому снабжению головного мозга кислородом, несформированной координации движений, не развитой ориентировки в пространстве, не развитого чувства ритма, а также дисгармоничному развитию межполушарных связей. Отсюда наши дети:

- моторно неловкие;
- невнимательные;
- гиперактивные;
- плохо ориентируемые;
- с ОНР, ЗПР и т.д.

Что же с этим делать? Есть один метод, который позволяет скорректировать вышеперечисленные состояния и благоприятно повлиять на мозговую деятельность. Я хочу вас познакомить с нейрогимнастикой. Нейрогимнастика – это комплекс телесно-ориентированных упражнений, позволяющих через тело мягко воздействовать на мозговые структуры.

Благодаря нейрогимнастике оптимизируются интеллектуальные процессы, повышается работоспособность, улучшается мыслительная деятельность, синхронизируется работа полушарий головного мозга, снижается утомляемость,

восстанавливается речевая функция, повышается иммунная система, улучшается память, внимание, мышление. Улучшаются подкорковые структуры головного мозга и т.д.

Нейрогимнастика включает в себя: глазодвигательные, дыхательные упражнения, игры на освоение телесного пространства, работа над чувством ритма, работа над развитием координации и переключения с одного действия на другое.

Предлагаю приступить к практикуму и посмотреть на деле что такое Нейрогимнастика. Сегодня я представлю вам несколько упражнений:

1. Перекрестные шаги

Шагайте на месте, касаясь правым предплечьем левого бедра и наоборот. При этом стараемся нести плечо к бедру, а не локоть к коленке, а голова немного поворачивается по ходу движения. При выполнении упражнения не зажимаем рот, губы должны быть свободны и расслаблены.

Педагоги выполняют упражнение

2. «Ленивые восьмерки».

Представьте перед собой на уровне глаз восьмерку, лежащую на боку (∞). Ее центр проходит на уровне переносицы.

Вытяните вперед руку, чуть согнутую в локте. Сожмите пальцы в кулак, большой палец поднимите вверх.

Ведите рукой в воздухе от центра влево-вверх против часовой стрелки, по окружности вниз и снова в центр.

Продолжайте "рисовать" вправо-вверх, возвращаясь в исходную точку. Движение должно быть плавным и непрерывным. За большим пальцем следите глазами, голова остается неподвижной. Повторить три раза каждой рукой.

Педагоги выполняют упражнение

2. Сова

Это упражнение хорошо расслабляет мышцы плеч, которое возникает при длительном сидении.левой рукой сожмите мышцы правого плеча. Поверните голову вправо, широко раскройте (вытаращите) глаза и смотрите прямо. Затем, сделав вдох начинайте поворачивать голову влево и одновременно вытягивайте шею вперед ухая как сова. За время поворота сделайте несколько таких движений. Затем поворачивайте также голову обратно. Пальцами левой руки сжимайте в это время плечо. Сжимаете на выдохе, отпускаете на вдохе.

Повторите упражнение, сжав правой рукой левое плечо.

Педагоги выполняют упражнение

3. Кнопки мозга

Пальцы правой руки – большой и указательный, положите под ключицы, там, где ямочки. Левая рука – ладонью на пупок. Круговыми движениями массируйте точки под ключицами. Затем поменяйте руки и помассируйте подключичные области уже пальцами левой руки.

Педагоги выполняют упражнение

4. Крюки Деннисона

Встаньте прямо, ноги скрещены. Руки вытяните перед собой, перекрестите и соедините ладони в замок. Согните локти, вывернув кисти вовнутрь и прижав их к груди таким образом, чтобы ваши локти были направлены вниз. Язык прижмите к небу за верхними зубами. Взгляд направлен вверх. Дышим ровно, спокойно. Тело расслаблено. Стойте так столько, сколько сочтете нужным.

Затем, расставляете ноги на ширину плеч. Голову немного наклонили вперед, глаза опустили, язык там же за верхними зубами. Руки лодочкой внизу. Пальцы рук касаются друг друга. Постояли так немного, полностью отпуская напряжение.

Педагоги выполняют упражнение

И еще один из интересных разделов нейрогимнастики это **кинезиологические упражнения для развития мелкой моторики:**

- колечки
- цепочка
- лезгинка
- ухо-нос
- фонарики
- кулак-ребро-ладонь.

Так же очень полезно **рисовать двумя руками одновременно**. Замечательные игры и упражнения даются в книгах - тренажерах Т.П. Трясоруковой «Развитие межполушарного взаимодействия у детей».

Таким образом, я вам представила лишь некоторые игры и упражнения по нейрогимнастике, которые благоприятно влияют на межполушарные связи, и воздействуют на мозговые структуры. Нейрогимнастикой полезно заниматься и взрослым для улучшения работоспособности, профилактики болезни Альцгеймера.

Заканчивая мастер-класс, обращаю ваше внимание на то, что любая двигательная активность будет стимулировать развитие мозга, но особенно если это координированные движения.

Спасибо за внимание!