

Соловьева Надежда Леонидовна  
Педагог- психолог

Муниципальное казенное дошкольное образовательное  
учреждение детский сад общеразвивающего  
вида № 16 города Слободского Кировской области

### **Использование нейродинамической гимнастики в работе педагога.**

Успешность обучения детей во многом зависит от своевременного развития межполушарных связей, а сенситивный период для развития приходится на дошкольный возраст. Когда кора больших полушарий головного мозга ещё не окончательно сформирована. К этому утверждению пришли в ходе практических экспериментов учёные Н.А. Бернштейн, А.Р. Лурия, Л.В. Цветкова и др.

Всем известно о пользе утренней гимнастики для организма человека, однако не только тело нуждается в упражнении, но и мозг. Комплексы нейродинамической гимнастики помогут подготовить мозг ребёнка к эффективной работе способствующей лучшему восприятию и переработке информации.

Прежде чем перейти к упражнениям рассмотрим, как работает наш мозг. Левое полушарие мозга отвечает за управление правой половиной тела, а правое полушарие – левой, т.е. когда мы действуем правой рукой, активизируется левое полушарие, а когда двигаем левой рукой, то активизируется правое полушарие. То же самое касается глаз, ног и т.д. Левое полушарие отвечает за абстрактно-логическое мышление, а правое-за абстрактно-образное мышление. Когда мы анализируем, считаем и говорим, то более активно работает левое полушарие, а когда рисуем, фантазируем, танцуем, молчим – активно работает правое полушарие. Распределение активности между полушариями постоянно чередуется, максимальная же эффективность работы мозга достигается в моменты одновременной активности обоих полушарий. Подводя итог вышесказанному, главной задачей для настройки и подготовки мозга к работе, будет восстановление связей и баланса, активности между левым и правым полушариями.

Современная психолого-педагогическая практика предлагает множество игр и упражнений для развития межполушарного взаимодействия у детей. Благодаря проведению нейродинамической гимнастики у ребёнка повышается работоспособность коры головного мозга, активизируются обширные зоны обоих полушарий, а мозг переключается в интегрированный режим работы.

Комплексы нейродинамической гимнастики включают два блока: мануальный и психомоторный.

- Мануальный (ручной)-это специальные игры и упражнения позволяющие повысить способность мозга ребёнка к интегрированной работе. Под влиянием кинестетических импульсов от руки включается механизм единства мысли и движения за счет появления новых нервных волокон связывающих оба полушария.
- Психомоторный – это игры и упражнения, позволяющие улучшить сенсомоторную и пространственную координацию, повысить возможности произвольного внимания, усидчивости, развить зрительно-моторную координацию, а так же расширить взаимосвязи и баланс активности между правым и левым полушариями.

Список литературы:

1. Межполушарное взаимодействие: хрестоматия/под ред. А.В. Семенович, М.С. Ковязиной.-2-е изд., испр. И доп. – М.: Генезис, 2018. – 496 с.
2. Сумнительная С.И. Школа Монтессори. Помоги мне это сделать самому. – М.:Карапуз, 2000.-10 с.
3. Майская А. Ребёнок левша: как достичь гармонии с «правым миром». – СПб.:Питер, 2006. – 96с.
4. Гимнастика мозга (Гимнастика ума). [Электронный ресурс]: Содействие центр практической психологии – Режим доступа: <http://kinhelp.ru/gimnastika-mozga/gimnastikauma/>