

**Михайлова Анастасия Владимировна – инструктор по физической культуре
детского сада № 1 «Олененок» - филиала АН ДОО «Алмазик»
г. Мирный Мирнинский улус
Мастер-класс с использованием
«Использование элементов нейрогимнастики на занятиях по
физической культуре»**

Хочу рассказать и поделиться с вами своим опытом о эффективности применения игр с элементами нейрогимнастики в физическом развитии ребенка.

Нейрогимнастика – это комплекс упражнений, позволяющих через тело мягко воздействовать на мозговые структуры с помощью физических упражнений, объединение движения и мысли.

Главный принцип нейрогимнастики постоянно изменять простые шаблонные действия, давать мозгу возможность решать привычные задачи непривычным образом.

Основные правила выполнения упражнений:

Должны быть задействованы не менее двух органов чувств. Концентрировать внимание на тех объектах или параметрах среды, которые ранее оставались незамеченными. Менять привычные маршруты выполнения движения.

Нейрогимнастика способствует:

- речевому развитию
- развитию памяти
- концентрации внимания
- формированию ориентации в пространстве
- повышение уверенности в своих силах

И сейчас я вам предлагаю на себе ощутить эффект воздействия нейрогимнастики на своем теле и мозге, понять насколько это необычно и интересно.

1. Игра «Кто быстрее?»

Для этой игры вам необходимо разделить на пары - игра на ловкость. Перед вами на полу лежит обруч, в нем 4 кегли разных цветов. Вы становитесь друг на против друга и по команде выполняете заданное действие, например, руки на голову, попрыгать на месте, маршируем и так далее, после того как я назову цвет кегли, ваша задача быстрее соперника взять кеглю правильного цвета в руки.

2. Следующая наша игра на концентрацию внимания. Игра «Море-берег»

- Вы стоите шеренгой перед ковриком. По команде инструктора: «Море!» -вы прыгаете на ковер, «Берег!» - прыгают обратно. Команды можно повторять, невнимательные игроки выбывают из игры.

3. Следующая наша игра на координацию Игра «Ёжики в тумане»

Вы с закрытыми глазами медленно и аккуратно ходите в рассыпную с вытянутыми вперед руками. Задача: выстроиться в круг, не открывая глаза, держа друг друга за плечи.

4. А теперь нам предстоит игра посложнее Игра «Поменяйся местами»

- вы сидите «по-турецки» рассыпную по залу, каждый участник внутри обруча и одновременно все вместе проговариваете стих:

«Наша Таня громко плачет

Уронила в речку мячик,
Тише Танечка не плачь
Не утонет в речке мяч! »

выполняя при рассказывании стиха движения руками – стучим кулаком об колени, плечи и хлопаем в ладоши перед собой. По свистку или команде вы должны встать и поменяться местами как можно быстро и продолжить выполнять задание с того места, на котором вы его закончили в предыдущий раз.

5. Игра «Себе-другу»

Участники игры стоят (сидят) в круге, у каждого в левой руке мяч. Хором произносим «Себе» - переключают мяч в правую руку, затем «Другу» - передают мяч рядом стоящему и так далее.

6. Веселые коленки

Сидя в шеренге, положив руки крест на крест, так чтобы руки лежали на коленях у соседей. Направляющий стучит по коленкам два раза, затем следующие по очереди стучат по одному разу, замыкающий так же стучит два раза. Скорость с каждым разом увеличивается. Тот игрок, который ошибся убирает свою руку за спину, пропуская свой ход.

Благодарю Вас за участие в моем мастер-классе, если у вас есть вопросы пожалуйста задавайте!