

## **Консультация для родителей «Нейроупражнения для детей и их родителей»**

Составила: учитель-логопед Лескина И.Н.

Каждый родитель хочет, чтобы его ребёнок гармонично развивался, был усидчивым и внимательным. Большую роль в этом играет скоординированная работа полушарий головного мозга. Этому способствует выполнение нейроупражнений. Вариантов таких увлекательных заданий очень много. Предлагаю в помощь родителям подборку нейроупражнений, которые понравятся вашему ребёнку.

### **Кулак – ребро – ладонь**

Игра помогает дифференцировать звуки, развивает фонематическое восприятие. Например, когда взрослый произносит звук [Ш], ребёнок ставит на стол кулак, [С] – ребро, [Р] – ладонь (на следующий день подбираются другие звуки).

### **Класс – заяц**

Суть упражнения – одновременно показывать одной рукой «класс» (большой палец поднят вверх, а остальные прижаты к ладони), а другой – «зайчика» (указательный и средний пальцы изображают ушки). Затем руки меняются, а скорость смены постепенно наращивается.

### **Зеркальное рисование**

На чистом листе бумаги ребёнок изображает одновременно двумя руками зеркально – симметричный рисунок. Это могут быть геометрические фигуры (квадрат, треугольник, круг), буквы симметричной формы (А, О, М, Н, Д, Ж, П, Т, Ф). При выполнении данного упражнения можно почувствовать, как расслабляются руки и глаза.

### **Рисование двумя руками**

Похожее упражнение, но только в усложненной форме. Рисовать нужно одновременно правой и левой руками два разных предмета, например, круг и квадрат. Для начала можно предложить шаблоны с пунктирными изображениями фигур.

### **Ухо – нос – хлопок**

Левая рука дотрагивается до кончика носа, а правая – до левого уха. Затем нужно хлопнуть в ладоши и поменять положение рук.

### **Угадай**

Ребёнку предлагается 10 – 15 карточек с изображениями животных. Взрослый берёт одну карточку, но не показывает её. Ребёнок должен узнать, какое животное изображено с помощью вопросов. Но они должны быть такие, на которые можно ответить только «да» или «нет». Например, «У этого животного есть копыта?» или «Оно умеет лазать по деревьям?» Количество вопросов можно ограничить 10 попытками.

### **Свеча**

Ребёнок сидит за столом и представляет, что перед ним большая свеча. Нужно сделать глубокий вдох и задуть свечу одним выдохом. Далее он представляет уже несколько маленьких свечек. Они задуваются маленькими порциями выдоха.

### **Путаница**

Взрослый выполняет действие и озвучивает его, а ребёнок повторяет движения. Дальше у ведущего не совпадают слова и действия, например, он говорит «Поднимаем руки», а сам разводит их в стороны. Ребёнок же должен ориентироваться именно на слова, так стимулируется развитие слухового внимания.

## **Прикосновения**

Для игрового упражнения понадобятся предметы из разных материалов: дерева, стекла, металла, меха, пластика. Они выкладывают на стол, а малыш с завязанными глазами определяет, что именно он взял в руки.

## **Графический диктант**

Приготовьте листочек в клеточку и карандаш. Вы диктуете, а ребёнок проводит прямые линии. Например, 2 клеточки вправо, 1 вниз, 5 вправо, 3 вверх. Задача дошкольника быть внимательным и чётко следовать инструкциям взрослого. В итоге должен получиться рисунок.

Нейроупражнения могут быть особенно полезны для детей с речевыми нарушениями или с проблемами концентрации внимания. Важно помнить, что каждый ребёнок развивается по-своему. Не стоит сравнивать успехи вашего малыша с другими детьми. Главное – это прогресс относительно его собственных предыдущих результатов.

Родители играют ключевую роль в успешном проведении нейроигр и нейроупражнений.

Вот несколько советов:

1. Будьте терпеливы и поддерживайте своего ребёнка.
2. Начинайте с простых игр, постепенно усложняя их.
3. Превратите занятие в весёлую игру, а не в обязанность.
4. Занимайтесь регулярно, хотя бы по 10 минут в день.
5. Показывайте упражнения сами, выполняйте их вместе с ребёнком.

Помните, что ваша эмоциональная поддержка очень важна для малыша.

Хвалите его за старания и прогресс. Ваш позитивный настрой и вера в его успех – ключевые факторы эффективности нейроупражнений.