



«Нейроигры для детей старшего дошкольного возраста (5–7 лет)»

Что такое нейроигры?

Это специальные игровые упражнения, направленные на развитие межполушарного взаимодействия. Условно «левое полушарие» отвечает за логику, речь и анализ, а «правое» - за воображение, эмоции и целостное восприятие. Задача нейроигр - создать прочные связи между ними.

Почему именно в 5-7 лет?

В этом возрасте мозг активно формирует нейронные сети, отвечающие за:

- Произвольное внимание (умение слушать учителя).
- Зеркальное письмо (ребенок перестает путать «б» и «д», «З» и «Е»).
- Самоконтроль и усидчивость.
- Скорость чтения и счета.

Признаки, что нейроигры нужны срочно:

- Ребенок не различает «право-лево».
- Пишет буквы и цифры в зеркальном отражении.
- Гиперактивен или, наоборот, быстро истощаем.
- С трудом запоминает стихи.
- Неловок в мелкой моторике (плохо держит ручку).

Простые нейроигры для дома (без специальных пособий):

1. «Ухо -нос» (Классика нейрогимнастики)

- Левая рука держится за кончик носа. Правая рука держится за левое ухо.
- По команде хлопаем в ладоши и меняем руки: правая рука хватается нос, левая хватается правое ухо.
- *Со временем увеличиваем темп.*

2. «Колечко»

- Поочередно соединяем все пальцы руки с большим пальцем (указательный-большой, средний-большой и т.д.).
- Сначала каждой рукой по отдельности, затем двумя руками одновременно.
- *Усложнение:* делаем упражнение на скорость или под ритмичную музыку.

3. «Кулак-ладонь-ребро»

- Три положения руки на столе последовательно меняются: сжатый кулак → ладонь на ребро → ладонь на столе (раскрытая).
- Делаем сначала правой, потом левой, потом двумя вместе.

4. «Зеркальное рисование»

- Берем в каждую руку по фломастеру (или карандашу). Рисуем одновременно двумя руками зеркальные фигуры: круг, квадрат, волны, бантики (можно на одном листе, можно на двух разных).
- *Эффект:* синхронизирует работу полушарий, помогает при подготовке руки к письму.

5. «Перекрестные шаги»

- Ходьба на месте: поднимаем колено, стараясь коснуться его локтем противоположной руки (левый локоть к правому колену и наоборот).
- *Можно лежа:* лежа на спине, поднять ногу и дотянуться до нее рукой (угол 90 градусов).

Правила для родителей (важно):

1. **Не насильно.** Игра должна быть в радость. Если ребенок злится и не понимает, начните с самых медленных темпов.
2. **Системность.** Лучше 5 минут каждый день, чем час раз в неделю.
3. **Покажите пример.** Ребенок делает нейроупражнения *вместе* с вами. Так он учится через подражание.
4. **Речь.** Старайтесь выполнять упражнения в тишине или под спокойный ритм (бубен, хлопки). Не требуйте одновременного проговаривания стихов на сложных этапах.

Чего НЕ нужно делать:

- Пугать ребенка «отставанием в развитии» из-за ошибок в играх.
- Заставлять делать через слезы (напряжение блокирует образование нейронных связей).
- Использовать гаджеты для этих целей. Только реальное тело и реальное движение.

Краткое резюме для памятки:

«Если вы хотите, чтобы ребенок быстро включался в работу, легко запоминал информацию и меньше уставал на школьных уроках - играйте в нейроигры. Это зарядка для мозга, которая отлично выглядит как веселая переменка между мультиками».