**Консультация для педагогов :**

**«Нейрогимнастика: возможности применения в работе с детьми дошкольного возраста.»**

В рамках консультации мы познакомимся с нейрогимнастикой – комплексом упражнений, направленных на стимуляцию работы мозга через движение. Мы обсудим теоретические основы нейрогимнастики, включая кинезиологию, и рассмотрим ее преимущества для развития речи, внимания, памяти и других когнитивных функций у детей. Особое внимание будет уделено применению нейрогимнастики в работе с детьми с ОВЗ, а также практическим рекомендациям по внедрению этих упражнений в образовательный процесс. Мы также обсудим, с какого возраста можно начинать занятия и как сделать их интересными и эффективными для детей.

**Ключевые моменты, которые можно включить в любой вариант:**

* **Определение нейрогимнастики:** Это комплекс упражнений, основанный на кинезиологии, направленный на активизацию работы мозга через движение.
* **Преимущества:** Улучшение памяти, внимания, речи, координации, самоконтроля.
* **Применение:** Подходит для детей всех возрастов, особенно эффективна до 8 лет. Полезна для детей с ОВЗ.
* **Практические советы:** Начинать с простых упражнений, выполнять в игровой форме, регулярно.
* **Долгосрочный эффект:** Улучшение адаптации к стрессу и способности к обучению в будущем.

**Давайте играть правильно!**

**Упражнение «Ухо – нос – хлопок»**

Инструкция: левой рукой возьмитесь за кончик носа, а правой рукой – за противоположное ухо. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши, поменяйте положение рук наоборот.

**Упражнение «Класс – заяц»**

Инструкция: ребенок левой рукой показывает «класс», правой – «зайчика». Одновременно менять положение рук и постепенно наращивать скорость.

**Упражнение «Червячок в яблочке»**

Инструкция: дети показывают два кулачка (яблочки), на правом кулачке выставляют большой палец вверх (это червячок), затем по хлопку меняют, теперь на левом кулачке большой палец выставляют вверх, а на правом убирают. Нельзя. Чтобы два червячка встретились. Можно сопровождать стихотворением:

*Червяк дорогу сверху вниз в огромном яблоке прогрыз.*

**Упражнение «Ладушки-оладушки»**

Инструкция: правая рука лежит ладонью вниз, а левая – ладонью вверх; одновременная смена позиции со словами:

*Мы играли в ладушки – жарили оладушки,*
*Так пожарим, повернем и опять играть начнем.*

**Упражнение «Лягушка»**

Инструкция: смена двух – трех положений руки кулак-ладонь/кулак-ребро-ладонь, со словами:

*Лягушка хочет в пруд, лягушке скучно тут!*

**Упражнение «Кулак-ладошка»**

Инструкция: руки кладем на стол, одна рука сжата в кулак, другая рука лежит ладонью вниз; одновременная смена позиций со словами:

*Один кулак, одна ладошка,*
*Ты поменяй их быстро, крошка!*
*Теперь ладошка и кулак,*
*И все быстрее делай так.*

*Удачи в работе!*