**Конспект занятия по нейрогимнастике в средней группе.**

Нейрогимнастика для детей (комплекс упражнений подбирается с учетом умственных способностей ребенка) создана, чтобы обеспечить качественное развитие ЦНС.

Для детей возрастом от 4 до 5 лет необходимо обеспечивать самую простую нейрогимнастическую нагрузку.

Задачи:

-активизировать познавательный интерес;

-формировать приёмы умственных действий

-развитие межполушарных связей с помощью нейродинамической гимнастики, построенной на основе кинезиологических упражнений;

-развитие мелкой моторики рук;

-развитие памяти, внимания, зрительно-двигательной координации;

-воспитывать настойчивость, терпение, способность к саморегуляции своих действий и самоконтроля.

Ход занятия

Упражнение «Кулак, ладонь, ребро»

Упражнение «Кулак, ладонь, ребро» направлено на развитие памяти, синхронную работу верхних конечностей и концентрацию внимания.

Данный вид тренировки для мозга проводится следующим образом:

1. По команде родителя ребенок сжимает руку в кулак.

2. Затем ребенок поворачивает руку в кисти и разжимает кулак так, чтобы ладонь была повернута вверх.

3. После этого ребенок еще раз поворачивает верхнюю конечность в кисти, ставя ладонь на ребро.

Данные действия дети могут выполнять по памяти, либо же повторяют за родителями. Упражнение «Кулак, ладонь, ребро» позволяет достичь положительного нейрогимнастического эффекта, если вышеперечисленные движения повторяются по 10-15 раз ежедневно.

Упражнение «Слон»

Упражнение «Слон» создано для улучшения синхронной работы центров мозга, отвечающих за интеллект, а также функции мышечной системы.

Данное занятие проходит с соблюдением следующего алгоритма действий:

1. Ребенок принимает положение стоя.

2. Затем наклоняет голову в бок, касаясь ухом поверхности плеча.

3. После этого указательным пальцем руки ребенок должен нарисовать в воздухе слона или любимого животного.

Во время выполнения данного упражнения ребенку необходимо следить глазами за кончиком пальца. Продолжительность занятия составляет 1-2 мин. для каждой руки.

Упражнение «Часики»

Занятие «Часики» предназначено для развития координации движений и укрепления функций мозолистого тела.

Данное упражнение выполняется следующим образом:

1. Необходимо занять положение, стоя или сидя.

2. После этого ребенок кладет правую руку на поверхность тела ниже левой ключицы.

3. Левая рука фиксируется на животе в области пупка.

4. Проговаривая слова «Часики так-так», ребенок массирует мышцы в области ключицы, а затем резко меняет руки.

5. Аналогичные действия выполняются в области правой ключицы.

Для достижения положительного эффекта тренировки мозга достаточно выполнять по 10 повторений данного упражнения.