



Консультация для родителей

«Нейроигры»

и их влияние на физическое развитие детей.

Вопрос: Что такое «нейроигры» и как они могут повлиять на физическое развитие детей?

Ответ: «Нейроигры»- это игры и упражнения, которые направлены на развитие межполушарных связей головного мозга. Они помогают улучшить концентрацию внимания, память, речь, а также способствуют развитию мелкой и крупной моторики.

Такие игры положительно влияют на физическое развитие детей, так как:

- улучшают координацию движений;
- развивают пространственное мышление;
- способствуют формированию правильной осанки;
- укрепляют мышцы и связки;
- развивают вестибулярный аппарат.
- стимулируют синхронизацию полушарий головного мозга.
- стимуляция нейропластичности: нейроупражнения способствуют активации и перестройке нейронных связей, что может помочь в восстановлении функций, нарушенных в результате травм или заболеваний.

- Индивидуальный подход: упражнения могут быть адаптированы под конкретные нужды и возможности каждого ребенка, что позволяет достичь максимальных результатов.

Регулярные занятия нейроиграми помогают детям лучше адаптироваться к физическим нагрузкам, развивают ловкость, гибкость и выносливость. Это способствует гармоничному физическому развитию ребёнка и формированию здорового образа жизни.

Предлагаю вашему вниманию разнообразные виды игр, которые вполне можно реализовать дома или на прогулке с вашим ребенком!

«Разноцветная дорожка» - берём резиновые коврики разного цвета и фактуры, раскладываем по разным направлениям (диагональ, круг, по прямой и т.д.). Задача ребенка выполнить прыжки на двух или одной ноге по коврикам одного цвета. Можно усложнить игру добавив следующие задания (хлопок в ладоши, перекладывание мяча из одной руки в другую, подбрасывание мяча вверх, или удар об пол параллельно с прыжком).

«Удержи мяч на ракетке» - задача удержать теннисный мяч на ракетке, можно добавить 2 мяча. Так же усложнить выполнение упражнений (стойка на одной ноге, прыжки, стойка на балансирах, ходьба змейкой, по прямой).

Так же можно приобрести и использовать в домашних условиях следующий инвентарь:

- **Координационная лестница;**

- **Резиночка;**

- **Нейроскакалка, нейроковрик;**

- **Балансборд;**

- **Нейродорожка.**

