



**Материал подготовила инструктор
по физической культуре
Прокопенко Ирина Владимировна**

Консультация для воспитателей на тему:

«Нейропсихологические игры с мячом»

Нейропсихология – наука, изучающая психические процессы, происходящие в головном мозге. С помощью неё мы понимаем, как работает наше внимание, память, ориентация в пространстве, восприятие окружающего мира и другое. Так нейропсихологи определяют, в каком возрасте, какой уровень развития является нормой. Отстаёт ли ребёнок от сверстников, есть ли у него трудности в обучении или нет. Кому особенно полезны нейропсихологические игры? Ребятам, которым сложно сосредотачиваться, запоминать материал, переключаться с одного вида деятельности на другой, а также тем, у кого есть проблемы с поведением. Они будут полезны и тревожным детям, которые боятся ошибок. Стоит обратить внимание и на тех ребят, которые порой чересчур импульсивно реагируют на что-то или, напротив, слишком медлительны. Нейропсихологические игры и упражнения развивают мозолистое тело, повышают стрессоустойчивость, синхронизируют работу полушарий, улучшают мыслительную деятельность, способствуют улучшению памяти и внимания, При подготовке детей к школе необходимо уделять большое внимание развитию мозолистого тела (*межполушарных связей*). Основное развитие межполушарных связей формируется у девочек до семи лет, у мальчиков до восьми лет.

Игры с мячом развивают ориентировку в пространстве глазомер, координацию, регулируют силу и точность броска, мышечную силу, осанку, смекалку, способствуют общей двигательной активности, развивая ловкость, быстроту реакции, моторику рук, которая имеет особое значение для развития функций мозга ребенка, развития речи. Усиливают работу важнейших органов организма – легких, сердца, улучшают обмен веществ.

Большое влияние игры с мячом оказывают и на нервно-психическое развитие ребёнка, формирование важных качеств личности. Они вызывают положительные эмоции, развивают тормозные процессы: в ходе игры детям приходится реагировать движением на одни сигналы и удерживаться от движения при других.

В этих играх развивается воля, сообразительность, смелость, быстрота реакций и др.

Совместные действия в играх сближают детей и взрослых, доставляют им радость от преодоления трудностей и достижения успеха.

Несмотря на внешнюю простоту, предлагаемые игры с мячом требуют от ребенка одновременного выполнения нескольких действий и задействования нескольких зон мозга, что, несомненно, вызывает трудности. В ходе игры мы не требуем скорости, а добиваемся четкости, правильности, осознанности... ну, а темп, конечно поощряется.

Игры и упражнения с мячом

1. Ребенок и взрослый кидают друг другу большой мяч с разных расстояний и ловят двумя руками. Сначала лучше кидать в руки, потом немного правее, левее, выше, ниже. Дети должны уметь кидать мяч, подавая его двумя руками снизу, сверху, по воздуху или ударяя об пол. Надо стараться не прижимать мяч к себе, а ловить его только руками.

2. Ребенок кидает большой мяч об стену двумя способами:

1) кидает его и сразу ловит;

2) кидает, дает ему один раз удариться об пол и только после этого ловит.

3. Взрослый и ребенок садятся на пол на расстоянии 2-3 м друг от друга и берут большой мяч. Они раздвигают ноги и начинают перекатывать мяч по полу. Сначала отталкивают его от себя двумя руками, через минуту или две ребенок убирает левую руку за спину и катает мяч только правой рукой, а через 3 минуты – только левой. Мяч должен катиться ровно и прямо в руки партнеру.

4. Ребенок и взрослый выполняют все предыдущие упражнения с мячом средних размеров.

5. Ребенок и взрослый кидают друг другу и ловят двумя руками теннисный мяч.

6. Ребенок и взрослый катают мячи друг другу по полу, одновременно направляя навстречу друг другу в руки большой и теннисные мячи.

7. Ребенок кидает об стенку большой мяч, но уже с хлопком (кинул – хлопнул в ладоши – поймал).

8. Ребенок перекидывает из правой руки в левую руку теннисный мяч.

9. Ребенок кидает в вертикальную цель разные мячи. В качестве цели может выступать прикрепленный к стене круг из бумаги или обруч в руке взрослого.

10. Ребенок кидает мяч назад, не поворачиваясь, а взрослый или другой ребенок ловит мяч сзади. Игроки меняются местами поочередно.

11. Взрослый и ребенок кидают другу и ловят теннисный мяч одной рукой.

12. Взрослый произносит слово и кидает мяч, а ребенок ловит мяч и называет слово, связанное со словом взрослого, например: взрослый говорит: «Небо», а ребенок отвечает: «Облако» – и кидает мяч обратно.

13. Взрослый кидает мяч и называет месяц, а ребенок ловит мяч и говорит, к какому времени года относится этот месяц.

14. Ребенок бросает об стену теннисный мяч и ловит его одной рукой.

15. Ребенок кидает мяч об стену и, когда мяч отлетает от стены, прыгает через него.

16. Взрослый помещает перед ребенком мишень, которую надо сбить. Например, на табуретку ставятся два предмета, еще несколько предметов расставляются рядом на полу. Ребенок отходит от табуретки на 8-10 шагов и пытается сбить их мячиком (большим, средним, теннисным).

17. Взрослый ставит перед ребенком горизонтальную мишень (корзину, ведро, таз). Задача ребенка – попасть в эту мишень мячом (большим, средним, теннисным).

18. Ребенок должен наклониться вперед и, подталкивая мяч поочередно пальцами правой и левой руки, катить его вокруг стоп (описывая восьмерку – вправо, влево).

19. Ребенок бросает об стену теннисный мяч и ловит его поочередно правой и левой руками.

20. На полу рисуется полоса (или кладется веревка). Ребенок встает в начало этой полосы и двигается вперед, чеканя мяч об пол то справа от линии, то слева от нее.

Количество играющих: 1 - 6 человек.

Инвентарь: мяч, один или несколько.

Подбрасывание мяча

Подбросить мяч вверх и поймать двумя руками.

Подбросить мяч вверх, хлопнуть в ладоши и поймать.

Подбросить мяч вверх и поймать его после удара об пол.

То же с хлопком.

Подбросить мяч вверх, хлопнуть в ладоши впереди и позади себя, поймать мяч.

Подбросить мяч вверх, убрать руки за голову, поймать мяч.

Подбросить мяч вверх и поймать его одной правой или левой рукой.

Подбросить мяч вверх, хлопнуть под коленом, поймать мяч.

Подбросить мяч вверх, повернуться вокруг себя и поймать мяч.

Продвигаясь вперед, подбрасывать мяч вверх.

Игры с ударом мяча об пол

Ударить мячом об пол и поймать его двумя руками.

Ударить мячом об пол, хлопнуть в ладоши и поймать его.

Ударить мячом об пол, повернуться вокруг себя и поймать его.

Ударить мячом об пол и поймать его правой (левой) рукой.

Ударить мячом об пол, перенести ногу над мячом, пока он ударяется об пол, поймать его.

Отбивать мячом об пол двумя руками 5-6 раз подряд.

Отбивать мячом об пол двумя руками, продвигаясь вперед.

Отбивать мячом об пол правой (левой) рукой по 5-6 раз, продвигаясь вперед.

Ударить мячом об пол, хлопнуть впереди и сзади себя, поймать мяч.

Ударить мячом об пол, сделать хлопок под коленом, поймать мяч.

Непрерывно ударять мячом о пол, перенося над ним ногу.

Игры с ударом мяча о стену

Ударить мячом о стену и поймать его двумя руками.

Ударить мячом о стену, хлопнуть в ладоши, поймать мяч.

Ударить мячом о стену, хлопнуть впереди и позади себя, поймать мяч.

Ударить мячом о стену, хлопнуть руками под коленом, поймать мяч.

Ударить мячом о стену, дать ему удариться об пол и поймать его.

Ударить мячом о стену, повернуться вокруг себя и поймать мяч.

Ударить мячом о стену, дать ему удариться об пол, повернуться вокруг себя и поймать его.

Повернуться к стене спиной, бросить мяч через голову в стену, повернуться и поймать его.

То же, но поймать после того, как мяч ударится об пол.

Бросить мяч одной рукой в стену и поймать его.

Отбивать мяч двумя руками о стенку 5-6 раз: ладонями, пальцами; вниз, вверх.

Ударить мячом о стену, перепрыгнуть через него.

Ударить мячом о стену, присесть и поймать мяч.

Ударить мячом о стену из-под ноги правой (левой) рукой.

Ударить мячом о стену из-за спины.

Ударить мячом о стену из-за головы.

Ударить мячом о колено и поймать мяч двумя руками.

Ударить мячом о колено и поймать мяч правой (левой) рукой.

Ударить мяч коленом о стену и поймать его двумя руками.

Ударить мяч коленом о стену и поймать его правой (левой)рукой.

Один ребенок бросает мяч в стену, а другой ловит его.

То же самое, но с ударом мяча об пол.

Стоя спиной к стене, бросить мяч между ногами так, чтобы он ударился об пол и о стену, и поймать его после отскока от стены.

Перебрасывание мяча

Перебрасывание мяча друг другу снизу.

Перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди (баскетбольный бросок).

Перебрасывание мяча друг другу из-за головы.

Перебрасывание мяча друг другу с ударом об пол.

Перебрасывание мяча друг другу из-под колена.

Перебрасывание мяча друг другу с хлопками перед ловлей.

Дети перебрасывают мяч, стоя в шеренгах (расстояние между детьми около 2-2,5 метров), указанными выше способами.

Перебрасывание мяча через веревку или сетку

Перебрасывание мяча через сетку снизу.

Перебрасывание мяча через сетку из-за головы.

Перебрасывание мяча через сетку, при этом тот, кто ловит мяч, дает ему удариться об пол.

Подбросить мяч вверх перед собой и отбивать его через сетку.

Отбивать через сетку 2-3 раза.

Передача и перебрасывание мяча в кругу

Передавать мяч друг другу, не пропуская, влево и вправо (на близком расстоянии).

То же, но за спиной.

Передавать мяч друг другу над головой (ставить детей по росту), после передачи мяча быстро опустить руки.

Перебрасывание мяча друг другу через круг.

Перебрасывание мяча друг другу с ударом об пол.

Передача мяча друг другу во время ходьбы по кругу.

Игра с мячом

Количество играющих: 6-8 человек.

Все участники игры стоят в кругу, на расстоянии вытянутой руки друг от друга. В центре круга — водящий. Водящий должен поймать мяч, который игроки перекатывают ударом ноги друг другу. Они могут послать мяч в любом направлении: вправо, влево, пересечь круг, но сами должны оставаться строго на месте и не касаться мяча руками: перекатывать можно только по земле, и только ногами. Задача водящего — задержать мяч. Он может сделать это ногой, рукой,

может только прикоснуться к мячу, может выбить его за круг. Если водящему удалось задержать мяч, он встает на место того игрока, с чьей неудачной подачи ему удалось задержать мяч.

Передай мяч

Количество играющих: от 6 человек.

Инвентарь: два мяча или других одинаковых игрушки.

Разделите детей на две команды и построите в две линии так, чтобы дети стояли друг за другом. Дайте детям, стоящим первыми, мячи или другие игрушки. Дети могут передавать мячи друг другу, присев на корточки. Когда мяч достигает последнего человека, он начинает передавать его вперед, но уже руками, высоко поднятыми над головой. Мячи нужно передавать максимально быстро. Команда, в которой мяч быстрее прошел этот путь, объявляется победительницей.

Мяч через ворота

Количество играющих: 1-6 человек.

Инвентарь: мяч, кубики (кегли).

Дети стоят на ковре. Ставятся ворота из кубиков или кеглей. Задание: сидя на ковре лицом к воротам, прокатить мяч в ворота, не задев их. Можно усложнить игру, построив за воротами мост (из кубиков или кеглей); нужно прокатить мяч через ворота, не задев их и не сломав мост.

Мяч толкаем, догоняем

Количество играющих: 2-6 человек.

Инвентарь: надувной мяч.

Ребенок передвигается на четвереньках и головой подталкивает перед собой большой надувной мяч, не касаясь его руками. Поставьте перед ребенком какую-нибудь задачу, например, загнать мяч в угол.

Прыжки с мячом

Количество играющих: 2-6 человек.

Инвентарь: мяч, один или несколько.

Дети по очереди или одновременно выполняют следующие задания:- допрыгать до определенного места, зажав мяч между коленями;- установить мяч на голове и придерживать его одной рукой;- зажать мяч между ступней ног;- удерживать мяч локтями перед грудью.

Не урони мяч

Лежа на ковре (вытянувшись на спине), зажать мяч между ног.
Пусть ребенок попробует перевернуться на живот, не выронив мяча.

Городки

Количество играющих: 1-6 человек.

Инвентарь: мячи, кегли.

Дети стоят либо сидят на скамейке или стульях, поставленных в один ряд. Впереди на расстоянии 1,5-2 м от них установлены «городки» (кегли, кубики и т. д.). Играющие поочередно, прокатив маленький мяч по полу, стараются сбить цель — попасть в «городок». После удачного попадания в цель «городок» переставляют на шаг дальше, игра продолжается.

Перекладываю мяч

Ребенок сидит на полу, опираясь руками позади себя. Мяч лежит у ног справа. Предложите ребенку захватить мяч стопами, поднять и переложить налево, а затем направо.

Мячом стучу, где захочу

Количество играющих: 1—4 человека.

Инвентарь: мяч, стул. Предложите детям постучать мячом вокруг стула, по стулу, стоя, сидя, во время ходьбы.

Катание мяча

Количество играющих: 1-6 человек.

Ребенок катит три-четыре мяча взрослому (другому ребенку), который их ему сразу возвращает. По неожиданной команде «Стоп!» игра останавливается. Выигрывает тот, у кого при сигнале «Стоп!» оказалось меньше мячей.

Упражнение с мячом

Попросите детей выполнять движения в соответствии с текстом:

В правую руку свой мячик возьми,
Над головою его подними
И перед грудью его поддержи.
К левой ступне, не спеша, положи.
За спину спрячь и затылка коснись.
Руку смени и другим улыбнись.
Правого плечика мячик коснется
И ненадолго за спину вернется.
К правой ступне, и к левой ступне,

И на живот — не запутаться б мне.

Мяч в цепочке

Количество играющих: 1-6 человек.

Инвентарь: мяч, 3-5 обручей, мел.

Выложите дорожку из обручей или нарисуйте круги мелом. Детям нужно пройти дорожку, ударя мячом в каждый круг. Можно усложнить игру попаданием в круги через один.

Лови мяч!

Количество играющих: 2-6 человек.

Дети сидят на полу, на ковре, напротив друг друга, ноги согнуты в коленях, прижаты к животу. Движением ног вперед надо отбросить мяч к сидящему напротив со словами: «Лови мяч!». Тот ловит его руками, а затем ногами откатывает мяч обратно своему партнеру со словами: «Лови мяч!». Игру можно усложнить: ловить мяч ногами; прокатывать его то одной, то другой ногой; сбивать мячом кубики или кегли, которые ставят на равном расстоянии между играющими. После игры обязательно надо полежать на спине и расслабиться.

Мяч на голове

Соревнующиеся кладут на голову бублик, сверху — мяч. С мячом на голове необходимо пройти или пробежать определенное расстояние.

Бег с мячом

Соревнующиеся встают друг против друга и зажимают между лбами большой мяч. Затем стараются как можно быстрее добежать до цели, не уронив мяч. При этом один бежит вперед, а другой — задом наперед.

Источники консультационного материала

<https://academy-of-curiosity.ru/tematicheskie-zadaniya/nejropsihologicheskie-igry-dlya-detej/>

<https://www.maam.ru/detskijasad/neiropsihologicheskie-igry-i-uprazhnenija-v-rabote-s-detmi-doshkolnogo-vozrasta.html>

<https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyuy-obraz-zhizni/2021/03/06/nejropsihologicheskie-igry-s-myachom>



Список литературы:

1. Визель, Т. Г. Основы нейропсихологии: учебник для студентов вузов /Т. Г. Визель. – М. : В. Секачев, 2019. – 264 с., цветная вклейка 12 с.
2. Дубровина, И. В. и др. Психология: Учебник для студ. сред. пед. заведений/И. В. Дубровина, Е. Е. Данилова, А. М. Прихожан; под ред. И. В. Дубровиной. – М. : Издательский центр «Академия», 1999. – 464 с.
3. Колганова, В. С. Нейропсихологические занятия с детьми : В 2 ч. Ч 1./Валентина Колганова, Елена Пивоварова, Сергей Колганов, Ирина Фридрих – М. : АЙРИС-пресс, 2019.- 416 с. : ил.
4. А.В. Семенович «НЕЙРОПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ КОРРЕКЦИЯ В ДЕТСКОМ ВОЗРАСТЕ»