Конкурс «Общественное здоровье по белгородски»

Номинация: «Лучшая практика сохранения
и укрепления здоровья детей
(дошкольные учреждения)»

Укрепление здоровья и формирование физических качеств дошкольников через использование нейрогимнастики

Подготовила:
Якименко Е.А.,
инструктор по физической культуре
МДОУ «Детский сад №3»

Упражнение «Воздушный шар»

КНИГИ

ЗДОРОВЬЕ

МАШИНА

СЕМЬЯ

ДОМ

БОГАТСТВО

ЕДА

ДРУЗЬЯ

РАБОТА, БИЗНЕС

Упражнение «Воздушный шар»

ЗДОРОВЬЕ

СЕМЬЯ

ДОМ

РАБОТА, БИЗНЕС

Здоровье - это вершина, на которую человек должен подняться сам»
И.Брехман

Здоровье - это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов.

(Всемирная Организация Здравоохранения)

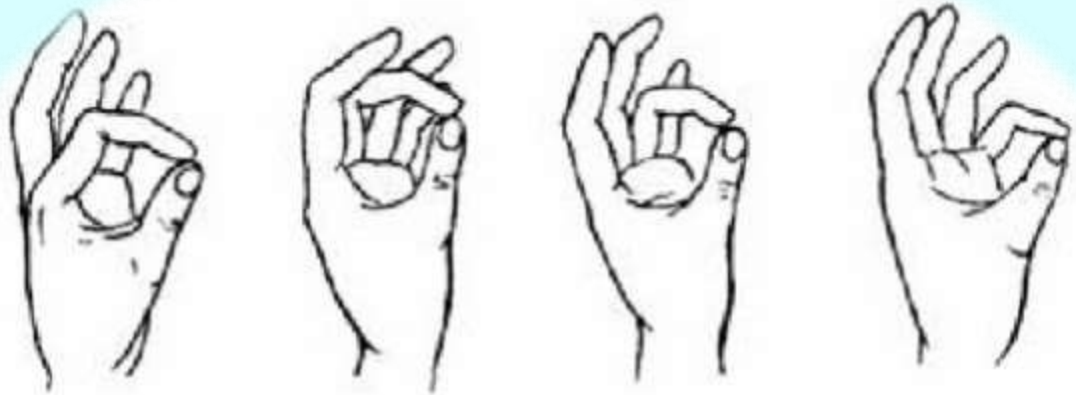
Здоровьесберегающая технология – это целостная система воспитательно-оздоровительных, коррекционных и профилактических мероприятий, которые осуществляются в процессе взаимодействия ребёнка и педагога, ребёнка и родителей, ребёнка и медицинского работника.

Нейрогимнастика -

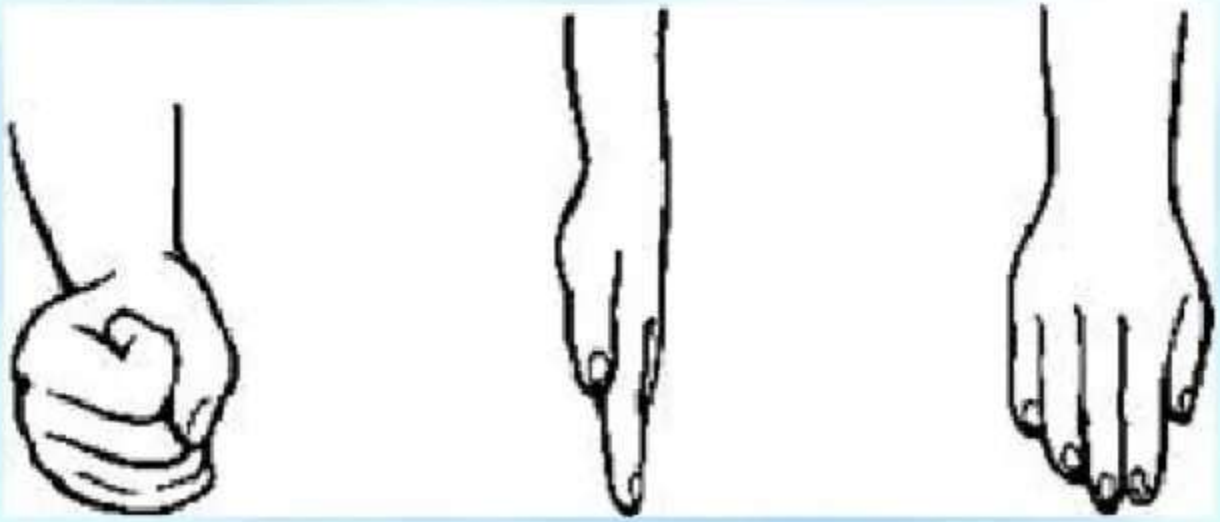
это комплекс телесно-ориентированных упражнений, направленный на развитие связей между структурами головного мозга.

1. Кинезиологические упражнения
2. Сенсорно-интеграционные упражнения

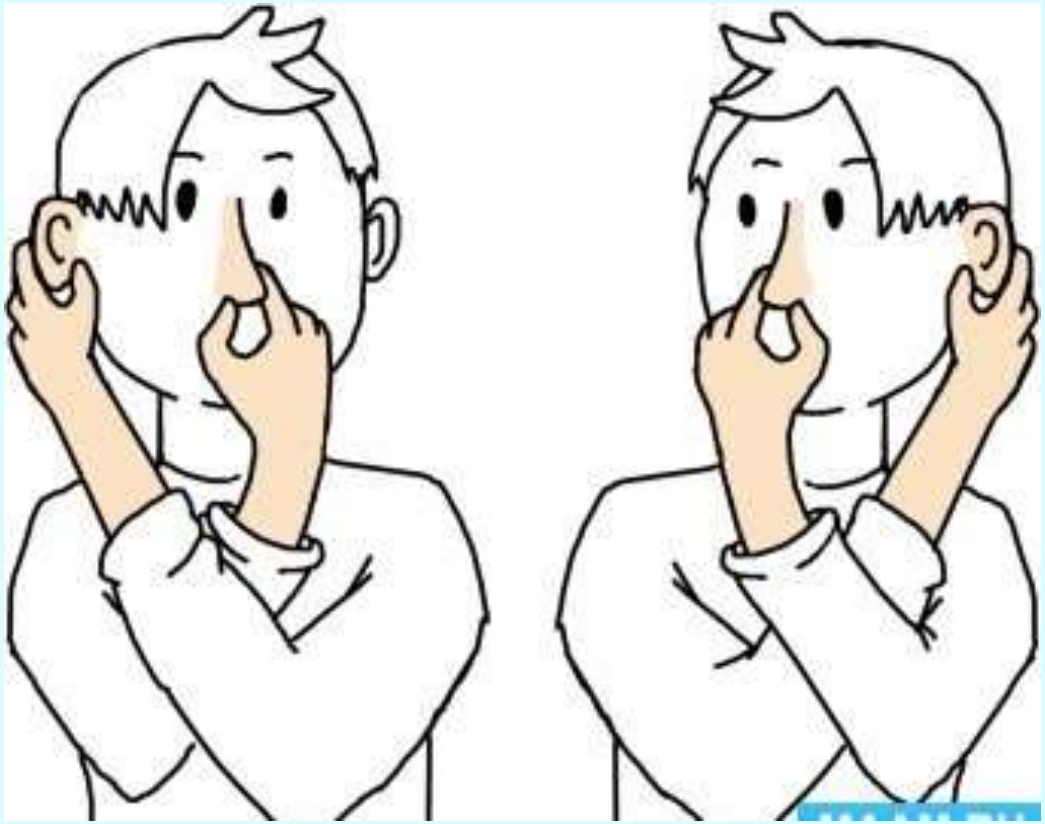
Упражнение «Колечко»



Кулак-ребро-ладонь



Ухо -нос



Координационная лестница

ХОДЬБА

БЕГ

ПРЫЖКИ

Нейроскакалка

Балансир для ног

РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ

Анализ результатов физического и психического развития детей в завершении работы дал следующий результат.

Из данных диагностических обследований видно, что по всем показателям наблюдается положительная динамика, подтверждающая эффективность системы.

Уровень сформированности	Физические качества									
	быстрота		сила		ловкость		меткость		гибкость	
	н	к	н	к	н	к	н	к	н	к
Высокий	14%	17%	7%	11%	9%	10%	12%	17%	9%	13%
Средний	52%	52%	52%	53%	49%	54%	49%	48%	59%	59%
Низкий	34%	31%	41%	36%	42%	36%	39%	35%	32%	28%

Таким образом, исходя из данных таблицы, можно сделать вывод о том, что использование упражнений из нейрогимнастики позволило добиться устойчиво положительных результатов по всем диагностируемым параметрам.

Балансборд

Занятия на балансборде способствуют укреплению мышц спины, развитию координации движений и межполушарных связей, а так же укреплению глазных мышц и снятию нервного напряжения.

Тренажер рекомендуют психологи, логопеды, **нейропсихологи**, массажисты. На балансборде можно не только проходить лабиринт, но и играть с мячом, приседать, отжиматься, отрабатывать звуки и учить стихи.

Добро пожаловать!
Спортивный клуб
«Будь здоров педагог!»

Контактная информация:
Якименко Елена Анатольевна,
инструктор
по физической культуре
Тел. 89511343421
Email: yakimenko.2410@yandex.ru

МДОУ "ДЕТСКИЙ САД №3"
РАКИТЯНСКОГО РАЙОНА
БЕЛГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

«Руки учат голову, затем окрепшая голова учит руки, а умелые руки снова способствуют развитию мозга»
Иван Петрович Павлов

Нейротренажеры - средства развития физических способностей дошкольников

Подготовила:
Якименко Е.А.,
инструктор по физической культуре

Нейротренажеры - как средства развития физических способностей дошкольников

Нейротренажеры

— приборы, стимулирующие деятельность мозга. Они помогают улучшить память, внимание. Во время использования тренажера ощущается удовлетворение, поскольку человек способен вспомнить все ценные жизненные моменты, отыскать решение в трудной ситуации.

Нейроскакалки

Развивает межполушарные связи, скорость реакции, способность к быстрому переключению внимания и создают новые **нейронные** связи в головном мозге.

Тренажер **развивает** способность удерживать в голове и выполнять несколько действий одновременно, согласовывая их в общем ритме.

Нейроскакалка – это настоящий кардиотренажер, благодаря которому мышцы быстро разогреваются, укрепляется сердце, тренирует мозжечок, межполушарное взаимодействие, а также **развивается координация**, ловкость, концентрация, выносливость и внимание.

Координационная лестница

- это тренажёр, предназначенный для развития скоростных навыков при выполнении движений на коротких дистанциях, а также для развития маневренности, силы, выносливости, координации (контроль баланса тела) движений и для синхронизации двигательных навыков.