

План – конспект практикума для родителей детей подготовительной группы по теме:

«Нейробика, как средство подготовки детей к школе при взаимодействии с родителями»

Цель: сформировать представление у родителей о взаимосвязи физического и умственного развития детей старшего дошкольного возраста через нейробика.

I. Приветствие родителей

Музыкально – ритмическая игра «Здравствуйте».

Игра: «Самолёт и лётчик» Д – 2 раза.

Цель: создать условия для объединения и настроения родительского коллектива для дальнейшей продуктивной совместной деятельности.

II. Игра – задание на внимание «Самый внимательный»

Родителям предлагаются листы с заданием, которое они должны прочитать и выполнить, по мере выполнения хлопнуть в ладоши.

Задания:

- внимательно прочитайте все задания;
- напишите в правом верхнем углу листка ваше имя;
- в нижнем левом углу нарисуйте три квадрата;
- в правом нижнем углу нарисуйте кругом больше, чем квадратов;
- слева от вашего имени напишите цифру 7;
- подчеркните все гласные в вашем имени;
- слева от цифры 7 напишите букву «А»;
- обведите все квадраты в кружок;
- напишите в двух кружках цифру 4;
- выполните только задание 1 и 2;
- похвалите себя за старание и внимательность;
- улыбнитесь соседу и объявите, что вы закончили, хлопнув в ладоши.

Анализируем выполнение задания.

III. Вхождение в тему

Для того чтобы активизировать свои мыслительные процессы и подготовиться к восприятию информации предлагаем родителям выполнить следующие упражнения:

- «Пальчики здороваются» (по очереди соединять пальцы с большим. Правая рука начинает с указательного и большого, левая с мизинчика и большого).

- «Кулачок – ладошка» (правая ладонь раскрыта и повернута навстречу левому кулаку, сначала медленно потом с ускорением кулаком бить в правую ладонь, которая сразу сжимается в кулак, а кулак – в ладонь).

- «Лиса – заяц» (указательный и средний палец, левой руки, вытянуть вверх, безымянный и мизинец прижать большим пальцем к ладони. Указательный и мизинец, правой руки, выпрямить вверх, а средний и безымянный прижать большим пальцем к ладони. Далее по хлопку меняем руки)

- «Лезгинка» (левая рука сложена в кулак, большой палец в сторону (кулак расположен пальцами к себе). Правая рука в горизонтальном положении прикасается к мизинцу левой. Далее меняем руки.

- «Мельница» (вращение кулачками вперёд – одновременно, попеременно; в обратную сторону также; правый кулак вращается вперед, левый-на себя).

- «Ловкие мячики» (с бумагой) – (смять 2 листа бумаги одновременно правой и левой рукой в плотный комочек, затем развернуть ее).

Вывод: Детям, как известно, свойственно учиться через игру и движения. И сегодня мы хотим вам предложить упражнения, разработанные Полом Деннисом, и другие упражнения и игровые задания, которые развивают чувство равновесия, навыки чтения и письма, улучшают слух, память, скорость реакции, оптимизируют процесс обучения, помогают справиться со стрессом и тревожностью. А главное - дети начинают получать удовольствие от процесса обучения! Что немаловажно для наших будущих первоклассников. Благодаря данным упражнениям мы сможем помочь детям лучше усваивать учебный материал и добиться значительных успехов.

IV. Практическая деятельность.

Предлагаем родителям отгадать загадку и найти ответ (картинка)

Загадка:

Часть тела человека, изученная мало.
Загадочная самая и в человеке - главная.
Возможности большие у этой части тела,
Используется меньше, чем этого б она хотела.

(Источник: <https://zagadki.info/detyam/mozg.html>)

Находят картинку «мозг»

Приглашаем отправиться в страну «Умных движений», родители выполняют задания:

Быстро нужно повернуться,

На одной ноге стоять

И глаза не открывать! (в зал тихо входят дети)

I. Практикум с детьми:

Дети здороваются с родителями:

Игровое упражнение «Ухо – нос»

Родители с детьми игровое упражнение «Жить здорово!» (по показу)

Родители присаживаются на скамейки. Дети выполняют разминочные упражнения:

Разминка с перекрестными движениями:

✓ Локтем левой руки тянемся к колену правой ноги. Легко касаясь,

соединяем локоть и колено. Движение идёт от плеча. Это же движение повторяем правой рукой и левой ногой.

✓ «Пяточка – ладошка» - Соединяем левую ногу и правую руку за спиной и наоборот.

✓ Марш на месте, высоко поднимая колени, и при этом левой рукой

хлопая по правому колену, а затем правой рукой по левому колену.

Добавляем поворот головы.

✓ «Внимательный ученик» - Руки полочкой, поднимая правое колено

одновременно поднимать левую руку, согнутую в локте, смена положений. Следить за осанкой и положением рук, сохраняя положение «полочка».

✓ «Сиртаки» - Руки на поясе (в стороны), стоя боком. Отставить в

сторону правую ногу, левая - накрест перед правой, повторять. То же в другую сторону. Усложнение: Отставить в сторону правую ногу, левая - накрест перед правой, правая в сторону, левая нога накрест за правой. Выполнять в медленном, среднем и быстром темпе.

✓ «Махи ногами» - Руки вверх, на каждый шаг – выполнять мах правой

прямой ногой вверх, левая рука тянется к носку правой ноги, то же сменив положение рук и ног.

✓ «Мельница» - Руки в стороны, выполнять наклоны на каждый шаг,

правой рукой касаться стопы левой ноги и наоборот. Стараясь не сгибать ноги, одноимённая рука поднимается вверх вертикально к полу.

Игровое упражнение «Круги»(ориентировка в пространстве, по схеме).

Упражнения в ходьбе с использованием каната:

✓ «Ловкая верёвочка» - руки на поясе, канат находится на полу между

стоп. Правая нога шагает в противоположную сторону через канат, левая вперёд в правую сторону и т.д. Можно добавить хлопок над головой. Усложнение: с высоким подниманием колен, ставя ногу на носок. Упражнение выполнять в прямом и обратном направлении.

✓ «Туда – сюда» - Правым (левым) боком идти, перешагивая канат с

переходом на бег.

Бег:

✓ На сигнал «правая»- коснуться правой рукой пола, «левая» - левой,

«права – левая» двумя по очереди.

✓ Обычный бег по кругу на сигнал «обруч» - забежать в обруч, ступить

правой ногой и вернуться на место, смена направления – ступить левой ногой.

✓ Обычный бег по кругу на сигнал бег на месте с высоким подниманием колен, проговаривая счёт «раз, два, три, четыре!»

Игровое упражнение «Круги» (ориентировка в пространстве, по схеме).

II. Взаимодействие с родителями

Упражнение «Сова»

Встать прямо, ноги на ширине плеч, правая рука лежит на левом плече, голова повернута в правую сторону, губы вытянуть в «трубочку», глаза широко раскрыты. Сделать глубокий вдох и на выдохе медленно поворачивать голову справа налево, правой рукой сжимая мышцу плеча, произносить звук «ух»! То же повторить в другую сторону, сменив положение руки.

Упражнение «Слон»

Встать прямо, ноги на ширине плеч, колени расслаблены. Вытянуть вперед правую руку, как «хобот слона», прижав ухо к плечу, пальцы «в щепотку», левая рука за спиной. Рука рисует «знак бесконечности», начиная от центра вверх против часовой стрелки. Глазами следить за «хоботом». Упражнение выполняется медленно и плавно, ноги выпрямляются и сгибаются. Затем сменить руки.

Приглашаем всех участников в столицу страны «Умных движений» «Мозжечок»

Игровое упражнение с игровым парашютом: «Парашютисты»

Цель: развитие быстроты реакции, внимания, умения слушать, понимать, ориентироваться в пространстве.

Все встают в круг и берут в руки парашют, рассчитываются на «умный – внимательный». (*встают взрослый – ребёнок*). По сигналу под поднятый парашют, вбегают те, кого назвали – обнялись и вернулись на своё место.

Д – 3-4 раза.

1. Остановка город «Мелкой моторики»

Цель: развитие слухового восприятия, внимания, памяти и умения работать по инструкции.

Дети выполняют инструкцию:

-возьми су-джок в правую руку и прокати по левой ладонке круговыми движениями;

-пальцами левой рукой перебирать по су-джоку;

-прокатить су-джок между ладонями вперед-назад и т.д.

Дети встают в паре со своими родителями работают с колечком су-джока. У ребенка на глазах индивидуальная повязка.

Родитель надевает колечко на пальцы ребенка, а ребенок называет на каком пальце, какой руки надето колечко.

2. Остановка столица «Мозжечок»

Предлагаем отгадать загадку:

Скачет, прыгает, летает

Он усталости не знает. (Мяч)

Находят отгадку в зале.

Выполнение упражнений с теннисным мячом в паре с родителями.

Цель: синхронизировать работу правого и левого полушария, развитие внимания, координации движения.

Передача мяча:

-перекрёстно;

- по кругу;

- по квадрату;

- под коленом;

- подбрасывание мяча одной рукой ловля «корзиночка» и «хватайка»;

- отбивание одной рукой, ловля «корзиночка» и «хватайка».

Детям предлагается выбрать себе лист с заданиями на развитие логического мышления, уходят в группу выполнять.

Загадка для родителей.

Паутину сплел паук,

Паутина это -... (круг)

Отгадку показали, сели в круг.

«Умная поляна»

Игра «Если, то...»

(Если я буду со своим ребёнком заниматься гимнастикой мозга, то он будет лучше усваивать учебный материал. Если он будет лучше усваивать учебный материал, то...) Каждый родитель высказывает своё предположение, передавая друг другу мяч – анти стресс.

Вывод: Движения пальцев и кистей рук имеют особое значение для развития функций мозга ребенка. И чем они разнообразнее, тем больше «двигательных сигналов» поступает в мозг, тем интенсивнее проходит накопление информации, а, следовательно, повышается и интеллектуальное развитие ребенка. Упражнения, направленные на развитие мелкой моторики укрепляют суставы кисти руки, подготавливают руку к письму, а также способствуют развитию речи и мышления. И как вы, уважаемые родители, заметили, что физкультура - это не просто бег и прыжки, а так же и умственное развитие ваших детей.

Благодарим родителей за выделенное время, вручаем буклеты – подсказки (с игровыми заданиями, которые родители могут использовать, занимаясь со своими детьми дома).