

*Материал подготовила: Улымова Татьяна Николаевна, учитель-логопед  
МАДОУ МО г. Краснодар «Центр-детский сад № 199»*

### **Что такое нейротренажеры?**

Все мы хотим, чтобы наши дети успешно развивались: вовремя пошли и заговорили, умело выражали чувства и эмоции, легко находили друзей, схватывали на лету новые знания и хорошо учились в школе. Для этого очень важно гармонично развивать мозг и тело ребёнка.

**Нейротренажеры** — это игровое оборудование, улучшающее работу мозга через воздействие на тело, совместно разработанное нейropsychологами, логопедами и кинезиологами.

### **Кому подходят занятия на нейротренажерах?**

Занятия на нейротренажерах полезны для всех детей. Для них это весёлый и увлекательный процесс, когда они могут соревноваться в ловкости и умениях, при этом одновременно идёт развитие их физических и умственных навыков.

Несмотря на то, что мозг — парный орган, оба полушария которого отвечают за разные функции, нормально функционировать он может только при взаимодействии левого и правого полушарий. Специалисты утверждают, что не у всех детей отмечается нормальное межполушарное взаимодействие. В результате одно из полушарий бывает перегруженным, что вызывает перенапряжение нервной системы ребёнка, это способствует возникновению неврозов различного характера. Поэтому одной из задач нейропсихологической коррекции является укрепление межполушарного взаимодействия за счет слаженной работы обеих сторон тела (в частности, рук и ног). Это достигается с помощью выполнения кинезиологических упражнений, а также работой на нейротренажерах.

### **Нейротренажеры особенно необходимы ребенку, если он:**

- плохо усваивает новые знания, имеет трудности с запоминанием;
- быстро утомляется, ему сложно концентрироваться;
- не видит ошибок в письме, пропускает буквы при чтении;
- неуклюжий, постоянно обо всё ударяется;
- плохо контролирует возбуждение, эмоционально нестабилен.

### **Специалисты рекомендуют нейротренажеры детям, если есть:**

- Синдром дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ);
- Задержки речевого, психического и психоречевого развития (ЗРР, ЗПР, ЗПРР);
- Дислексия и дисграфия;
- Минимальная мозговая дисфункция (ММД);
- Расстройства аутистического спектра (РАС);
- Логоневроз (заикание).

Также нейротренажёры применяют для реабилитации взрослых, у которых в результате травм были нарушены высшие мозговые функции: речь, память, мышление, координация тела в пространстве, крупная и мелкая моторика.

### **Какие бывают нейротренажёры?**

Нейротренажёры можно условно разделить на:

- Балансиры для рук;
- Балансиры для ног;
- Сенсорные нейротренажёры.

#### **Балансиры для рук.**

Одним из таких нейротренажёров является «Межполушарная доска», которая представляет собой различные лабиринты в зеркальном отражении. Ребёнку необходимо пройти эти лабиринты с помощью специальных бегунков, синхронно работая двумя руками.

Нейротренажёр «Умная восьмёрка»- это доска с лабиринтом в виде перевернутой восьмерки. Ребенку необходимо прокатить шарик в заданном направлении. Движение глаз по «восьмёрке» укрепляет межполушарное взаимодействие, а также снижает эмоциональное напряжение. Занятия с умной восьмёркой позволяют переработать накопленные негативные воспоминания. Сглаживается импульсивность и гиперактивность. Гармонизируется нервная система, ребенок приходит в состояние внутреннего равновесия и спокойствия. Её рекомендуют иметь каждой маме как помощника, ведь ребёнок ежедневно испытывает стресс, в садике, школе, институте, в процессе познания мира. И порой отдел мозга, который направлен на нейтрализацию негативных моментов, не всегда может справиться.

#### **Балансиры для ног.**

**Ногоборд** – это тот же межполушарный лабиринт, только проходить его надо ногами.

**Балансир для ног** — это лишённая устойчивости доска, на которой нужно удерживать равновесие.

**Балансир-лабиринт** – это лишённая устойчивости доска с вырезанным на ней лабиринтом, по которому нужно прокатить шарик с помощью координации тела в пространстве.

**Рокерборд/доска совы** – изогнутая доска-качалка. Подходит для самых маленьких. Это и качели, и гамак, и горка для машинки.

**Балансборд** – это прямая доска, свободно лежащая на небольшом цилиндре. Этот балансир больше подходит для подростков и взрослых, кто уже умеет владеть своим телом.

**Балансировочные дорожки** – это узкая приподнятая над полом дорожка, развивающая равновесие и координацию движений у детей. Предотвращает плоскостопие и укрепляет мышцы ног и спины.

**Сенсорные тренажёры.**

**Кинезиологические мешочки** – это мешочки из ткани, наполненные разными тактильными наполнителями. Подходят для самых маленьких детей. Способствуют развитию мелкой моторики и тактильной чувствительности.

**Сенсорные мостики** – это дорожки с различной тактильной поверхностью и рельефами. Способствуют стимулированию кровотока, правильному формированию свода стопы и развитию сенсорной чувствительности у детей.

**Геоборды** — это деревянное поле с торчащими штырьками, на которые ребёнок надевает резинки для творчества. Развивают фантазию, мелкую моторику рук, логическое мышление, усидчивость и тактильное восприятие.

### **Чем полезны нейротренажёры?**

Занятия с нейротренажёрами усиливают кровоснабжение мозга, улучшают его пластичность и создают новые нейронные связи между полушариями.

**Нейротренажёры способствуют:**

1. Развитию межполушарного взаимодействия,
2. Мозжечковой стимуляции,
3. Развитию сенсорных систем,
4. Расширению поля зрения,
5. Снятию эмоционального напряжения.

**Занятия с тренажёрами для рук:**

- Стимулируют мозжечок,
- Развивают межполушарное взаимодействие,
- Улучшают усидчивость и концентрацию внимания,
- Формируют логическое мышление,
- Развивают мелкую моторику рук,
- Помогают в освоении навыков письма и речи,
- Снимают эмоциональное напряжение.

**Занятия с тренажёрами для ног:**

- Стимулируют мозжечок,
- Развивают межполушарное взаимодействие,
- Улучшают равновесие, укрепляют вестибулярный аппарат, расширяют поле зрения,
- Развивают мышечный каркас, улучшают осанку, помогают осваивать горные лыжи, скейтборд, сноуборд,

- Формируют логическое мышление,
- Помогают в освоении навыков письма и речи,
- Снимают эмоциональное напряжение.

На занятия не нужно тратить много времени – всего 10-15 минут в день уже принесут хорошие результаты. Современные нейротренажеры до того увлекательные, что не только дети, но и их родители с удовольствием играют с ними.