

Координационные способности представляют собой совокупность множества освоенных двигательных координаций, обеспечивающих продуктивную двигательную деятельность. Это сложная по структуре способность. Именно поэтому в программах физического воспитания в специальных (коррекционных) школах развитие координационных способностей является важной составной частью образовательного процесса и рассматривается как базис, формирующий фонд новых двигательных умений и навыков, как предпосылка и основа успешного развития других физических способностей (слайд 2)

### **Цель:**

Оптимизация двигательной активности детей с помощью нейропсихологических упражнений (слайд 3)

Нейропсихологические упражнения-это система упражнений для развития нейропластичности, т.е. это способность изменять поведение в ответ на новую информацию.

Нейрогимнастика состоит из простых упражнений и игр. С помощью специально подобранных упражнений организм координирует работу правого и левого полушарий и развивает взаимодействие тела и интеллекта (слайд 4)

### **Упражнения и игры с мячом**

С мячом можно проводить игры и упражнения индивидуальные, парные командные: передавать мячи по кругу, используя несколько мячей, подбрасывание и ловля мяча, передвигаясь по напольному бревну, вынос теннисного мяча из обруча с помощью ног и д.р. (слайд 5)



### Нейро игра «Ходьба»

Ходьба по бревну с перешагиванием препятствий, ходьба по бревну с мешочком песка на голове (слайд 6) Развивает динамическое равновесие



### Игра «Найди цифру»

Для данной игры используется квадрат с цифрами от 1 до 9, расположенные в разброс. Цель игры-быстро находить цифры по словесной инструкции учителя (слайд 7)



### Нейро игра «Слушай и выполняй»

Игра проводится в движении. Учитель дает различные команды, например, «Руки вверх», а сам в это время ставит руки на пояс. Обучающиеся должны выполнять только словесные команды, не путаясь и не обращая внимание на зрительный «раздражитель» (слайд 8)



### **Игра «Моталочки»**

Это игра координирует попеременное движение рук, что способствует межполушарному взаимодействию, повышает игровую мотивацию детей.

Вырабатывается соревновательный дух, скорость, реакция, развивается ловкость и глазомер. (слайд 9)



### **Нейрогимнастика**

В общеразвивающих упражнениях можно использовать разноименное поднятие рук и ног, а также задание для рук при выполнении привычных упражнений- во время прыжков менять положение рук в определенном порядке (на пояс, к плечам, вверх и в обратном направлении) (слайд 10)

### **Бег с выполнением различных заданий**

Бег в обратном направлении, бег змейкой, остановка прыжком по сигналу учителя, бег с прыжками, бег спиной вперед и др. (слайд 11)

**В заключении своего доклада хочу сказать, что нейропсихологические упражнения не только развивают координационные способности, но и помогают делать урок нестандартным, необычным и очень интересным**