

**МБОУ «Средняя школа №
6»
г.Ачинск**

СЕМИНАР ДЛЯ ПЕДАГОГОВ «МАЙНД-ФИТНЕС ДЛЯ РАЗВИТИЯ ИНТЕЛЛЕКТА РЕБЕНКА»»

**Учитель начальных классов:
Фарафонова Юлия Федоровна**

**2018г.
г.Ачинск**

- Наш ум можно сравнить с нашим телом, если не тренировать тело, мышцы быстро утратят гибкость и ослабнут. И точно также, в случае, если мы не будем тренировать мозг, мышцы разума станут медлительными и ленивыми. Я хочу пригласить вас в увлекательный мир головоломок, ребусов и шарад. В мир, где вы сможете совершенствовать свой разум и развить интеллект ребенка. Я покажу вам системы упражнений, которые позволят насладиться эффективной работой мозга.

- Наверное, не многие задумываются о том, что тренировке поддаются все органы человека, включая наш мыслительный процессор — мозг. Его можно и нужно тренировать с помощью физических упражнений, чтобы сохранить нейроны.

- Сегодня большую популярность набирают онлайн-платформы, которые разрабатывают ведущие специалисты и организации в области изучения нейронных связей мозга и когнитивных функций человека. На этих сайтах представлены игры-тренажеры, с помощью которых взрослые и дети могут повысить свои умственные способности в увлекательной игровой форме. В основу тренировок взяты специальные игры, как наиболее эффективные инструменты в процессе обучения.

ИГРЫ, ВКЛЮЧЕННЫЕ В ПРОГРАММЫ РАЗВИТИЯ ИНТЕЛЛЕКТА

- Тест Струпа. В этом упражнении происходит балансировка полушарий и тренировка их взаимодействия. Выполнение этого простого упражнения дает великолепные результаты: «конфликт» двух систем мозга - чтение и распознавание цвета. *(Предлагаю поиграть прямо сейчас. Мне нужен один человек из зала, который с места назовет все цвета слов по порядку. Кто желает?)* Важно выполнять это упражнение на время, чем быстрее, тем лучше. Если человек может быстро переключиться с чтения слов на название цветов, значит, его когнитивное мышление достаточно гибкое. Если выполнение упражнения дается вам трудом, то стоит обратить внимание на способности к концентрации.

ИГРЫ, ВКЛЮЧЕННЫЕ В ПРОГРАММЫ РАЗВИТИЯ ИНТЕЛЛЕКТА

- Интеллектуальный тренажер на основе таблиц Шульте. Безусловно, маленьким детям будет сложно собирать такие таблицы и им нужен вариант попроще, где меньше цифр и проще ориентироваться. Вариантов может быть огромное количество. Такие таблицы развивают произвольное внимание ребенка, устойчивость внимания, умение концентрироваться на задаче, развивают угол зрения, который необходим для быстрого чтения, стимулируют память. И это еще не все возможности таблиц Шульте.
- Ученые разгадали секрет эффективности таблиц: они оказывают благоприятное воздействие на активность мозга. Ученые, специализирующиеся в области функциональной нейровизуализации, определили, что их влияние обусловлено заметным приливом крови к областям лобных долей коры головного мозга во время решения новой задачи.

ИГРЫ, ВКЛЮЧЕННЫЕ В ПРОГРАММЫ РАЗВИТИЯ ИНТЕЛЛЕКТА

- Ученые обратили внимание, что большинство людей мыслят плоско. Этот вариант мышления еще называют линейным. Все вы знаете игру «Муха». Перемещение «мухи» с одной клетки на другую происходит посредством подачи ей команд, которые она послушно выполняет. «Вверх!», «Вниз!», «Направо!» или «Налево!». Играющие должны, не допустить ее выхода за пределы игрового поля. Если «муха» покинула поле, то дают команду «Стоп!» и, вернув «муху» на центральную клетку, начинают игру сначала.

ИГРЫ, ВКЛЮЧЕННЫЕ В ПРОГРАММЫ РАЗВИТИЯ ИНТЕЛЛЕКТА

А объемное мышление позволяет изучать окружающий мир и пространство, не разделяя его на плоскости и прямые. Дети очень любят прятаться и залезать в разнообразные объемные предметы: коробки, шкафы, тумбы. Специалисты рекомендуют поощрять эти игры, т.к. они способствуют развитию объемного восприятия. Мышление, характеризующееся объемностью, проще всего развить в детском возрасте. Игра «Электрон» является трехмерным аналогом игры «Муха». Ведущий задает направление электрона, подавая команды «вверх», «вниз», «направо», «налево», «вперед», «назад». Задача: указать положение электрона после серии команд.

РАЗВИТИЕ ЛЕВОГО И ПРАВОГО ПОЛУШАРИЙ ДЛЯ АКТИВИЗАЦИИ МЕЖПОЛУШАРНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ

Стимулирование обоих полушарий мозга может осуществляться и физическими упражнениями на различных тренажерах, например панелях - лабиринтах, балансирах. Так, взяв идею в интернете, мы совместно с родителями воспитанников первой младшей группы, подготовили кинезиологический тренажер для малышей. Данное пособие позволяет ребёнку одновременно двумя руками выполнять упражнения, тем самым развивать и укреплять межполушарные связи.

ВАРИАНТЫ ВЫПОЛНЕНИЯ ЗАДАНИЙ:

- Пальчиками шагать по лесенкам;
- Поочерёдно касаться подушечками пальчиков условных значков;
- Симметрично обводить указательным пальчиком горизонтальную восьмёрку;
- Зеркально обводить узоры;
- Сворачивать ленточки (в трубочки);
- Заплетать косичку;
- Имитировать игру на фортепиано.

Оптические иллюзии отражают свойства нашего зрения и особенности восприятия образов нашим мозгом. Они интересны тем, что наш мозг трансформирует увиденное в самые невероятные эффекты. Рассматривать вместе с ребёнком оптические иллюзии - увлекательное и творческое занятие. Очень интересно и полезно смотреть с детьми оптические иллюзии на тему «спрятанное изображение». Потренируйтесь пожалуйста на слайде. А так же мы хотим вам представить вот такую книгу, которую вы можете использовать на занятиях с детьми.

Иллюзии можно создать вместе с детьми. Согните упаковку от конфеты по двум линиям. Придайте пальцами участку бумаги между линиями закругленную форму.

1. Держите картинку ровно перед собой - выражение лица почти не изменилось.
2. Наклоните картинку на себя - девочка выглядит несчастной, вот-вот расплачется.
3. Наклоните картинку от себя - девочка счастлива.

В последние годы психофизиологи наблюдают качественные изменения в работе мозга у детей. И у «новых детей» работа мозга заметно отличается от работы мозга предыдущих поколений. Эти дети — «амбидекстры» [от латинского *ambi* — два, *dextrum* — правый]. То есть «двурукие». Они одинаково хорошо владеют обеими руками, что является результатом синхронной работы полушарий мозга. Амбидекстрия - принципиально иная организация мозговых процессов. Амбидекстрия встречается чрезвычайно редко. Считается, что человек может научиться этому и что синхронная работа полушарий мозга это большой успех. Мыслительный и познавательный процессы у таких людей протекают более легко и результативно. Для нормальной работы всех наших внутренних органов и систем необходимо сбалансировать работу левого и правого полушарий головного мозга.