

ГБДОУ детский сад № 35 Невского района Санкт-Петербурга



Материалы



Обратная связь



Что это такое?

Это пространство, где ребенок познает внутренний и окружающий мир через движение. С помощью особого инвентаря (гамаков, брёвен, тоннелей, качелей и др.) стимулируются тактильная, вестибулярная и проприоцептивная системы, улучшаются координация, равновесие, осознание схемы тела и общая моторная активность.

Кому подойдут занятия?

Особым детям зал поможет прочувствовать тело, осознать себя в пространстве и под профессиональным контролем специалиста ускорить реабилитационную и коррекционную динамику.

Детям без серьезных нарушений в развитии в зале можно улучшить двигательно-моторные навыки.

Чем он полезен детям?

Разнообразные вариации использования снарядов в зале способствуют развитию не только физической силы, но так же и телесной пластики, ловкости, баланса и координации. Развитие получает не только тело, но и мозг.

Пространство организовано так, что при занятиях у ребенка улучшается способность контролировать свои движения, выстраивать их относительно окружения. Поддержание баланса и координации активизирует работу левого и правого полушария. Создает новые ситуации, благодаря которым ребенок учится новым способам быстро принимать самостоятельные решения.

Как проходят занятия?

На занятиях ребенок шаг за шагом учится находить способы решения самых разнообразных двигательных и когнитивных задач. Переходит от пассивного познания мира к его активному изучению!

Сенсорно-динамический зал создаёт условия для гармоничного развития тела и мозга, помогая детям как с типичным, так и с особым развитием раскрыть свой потенциал через движение и сенсорные впечатления.

Сенсорно-динамический зал



**Мягкий
«тоннель/бочка»**



Бревно



Сенсорный гамак



Шар



«Тоннель/пещера»



Утяжеленное одеяло



«Нейрогимнастика для всей семьи:

простые упражнения для большого результата»

«Крест-шаг»

(координация, межполушарное взаимодействие)

Эффект: активизирует связь между полушариями, улучшает координацию.

Время: 1–2 минуты.

Как играть: поочерёдно

касайтесь локтем противоположного колена (правый локоть — левое колено, левый локоть — правое колено).

Для кого: подходит всем возрастам, можно усложнять темп.

«Ленивые восьмёрки»

(внимание, зрительно-моторная координация)

Эффект: снимает зрительное напряжение, тренирует плавное движение глаз, улучшает концентрацию

Время: по 1 минуте на каждую руку, 1 минута двумя руками.

Как играть: вытяните вперёд руку, сжатую в кулак, с выпрямленным большим пальцем; смотрите на кончик пальца и рисуйте в воздухе горизонтальную восьмёрку («знак бесконечности»); выполните несколько раз одной рукой, потом другой, затем двумя руками вместе (большие пальцы скрещены).

«Ухо-нос»

(переключаемость внимания, скорость реакции)

Эффект: развивает быстроту переключения между задачами, задействует оба полушария.

Время: 30–60 секунд.

Для кого: 6 + (малышам можно упрощать: сначала просто касаться уха и носа поочерёдно).

Как играть:

правой рукой возьмитесь за кончик носа;

левой рукой — за противоположное ухо;

одновременно отпустите и хлопните в ладоши, затем поменяйте позиции (левая рука — нос, правая — ухо);

повторяйте в быстром темпе.

