

Симон Н. А.¹, к.п.н., доцент; Исаков М.И.¹
**ФИЗКУЛЬТУРНОЕ НЕЙРОРАЗВИТИЕ УЧАЩИХСЯ
НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ**

¹Тюменский областной государственный институт развития регионального образования, г. Тюмень, Россия, prostonata58@mail.ru

²Карагандинский государственный университет им. Е.А. Букетова, г. Караганда, Республика Казахстан, muhtar-1960@mail.ru

Аннотация. В статье рассмотрены возможности применения физических упражнений и игр с целью повышения академической успеваемости учащихся в процессе урочной и самостоятельной деятельности.

Ключевые слова: познавательные процессы, память, внимание, мышление, мозжечковая стимуляция, сенсорное, межполушарное развитие, физические упражнения, игры.

Simon N¹. Ph.D.; Iskakov M.²
**PHYSICAL TRAINING NEURODEVELOPMENT OF PRIMARY
SCHOOL PUPILS**

¹Tyumen regional state Institute of regional education development Tyumen, Russia prostonata58@mail.ru

²E.A. Buketov Karaganda State University, Kazakhstan, muhtar-1960@mail.ru

Annotation: The article presents the ways of using physical exercises and games for improving academic performance in the process of class and independent activities.

Key words: cognitive processes, memory, attention, mind, cerebellar stimulation, sensory interhemispheric development, physical exercises, games.

Современные достижения нейропсихологии установили тенденцию к увеличению количества детей, поступающих в первый класс, имеющих значительные отклонения в когнитивном развитии, развитии речи, неразвитости внутреннего плана действия, моторики руки, снижение уровня самоуправления и саморегуляции. Что свидетельствует о несформированности определенных мозговых структур ребенка, наличия проблемного течения психического развития в онтогенезе [3].

Вместе с тем, одним из основных средств стимулирующего воздействия на высшие психические функции ученые называют специально организованную двигательную активность, оказывающую разностороннее влияние на межполушарное взаимодействие, сенсорную интеграцию, мозжечковую стимуляцию ребенка.

В начальной школе, когда у детей еще не сформировался стереотип академических занятий, возможности применения специальных физических упражнений интеллектуальной направленности безграничны. И учитель физической культуры, обучая учащихся этим упражнениям, решает сразу комплекс задач, обозначенных в ФГОС: предметных, метапредметных, личностных.



Рис.1. Пирамида обучения Вильямса и Шеленбергера

Пирамида Вильямса и Шеленбергера (рис.1) наглядно иллюстрирует, насколько все обучение ребенка зависит от нижних уровней и особенно от фундамента — нервной системы. Развитие ребенка идет снизу-вверх. Чтобы подняться к вершине пирамиды, нужно укрепить все нижние области (или развивать их в уже на этапе школы). Не обучение, а формирование базовых психических процессов, необходимых для обучения, дополнение недостаточно сформированных функций, опираясь на более развитые, является ключом к повышению академической успеваемости детей.

Основными направлениями физкультурного нейроразвития можно обозначить следующие [2]:

- мозжечковая стимуляция (рис.2);
- сенсорная интеграция;
- межполушарное взаимодействие;
- стимуляция высших психических функций: память, внимание, мышление;
- оптимизация восприятия;
- развитие ловкости;
- интеграция двигательной и речевой деятельности.

Эти группы упражнений носят не только компенсаторный, но и развивающий характер, необходимый для всех учащихся начальной школы. Также, нужно отметить доступность этих упражнений и для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, и для временно освобожденных от практических занятий по физической культуре детей. В условиях дистанционного обучения комплексы упражнений могут быть рекомендованы для самостоятельного выполнения в силу малой травмоопасности и высокой

эффективности для стимуляции умственной работоспособности [1] (физкультминутки).

Мозжечковая стимуляция

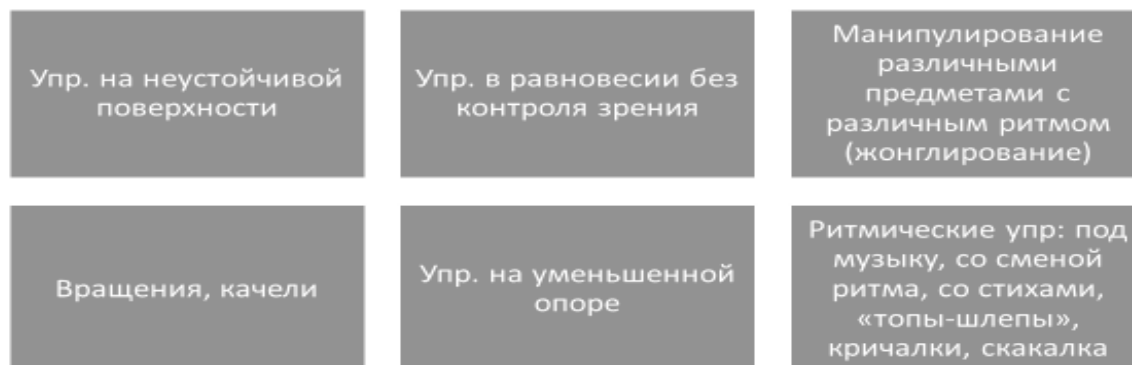


Рис.2. Направления мозжечковой стимуляции

Сенсорные упражнения - упражнения, выполняемые с обработкой сигналов нескольких органов чувств, вестибулярного аппарата и мозжечка. Развивают восприятие, формирование представлений о внешних свойствах предметов и собственного тела.

Межполушарное взаимодействие формируется при помощи реципрокных упражнений. Перекрестные движения, развивающие мозолистое тело, повышают стрессоустойчивость, синхронизируют работу полушарий, улучшают мыслительную деятельность, способствуют улучшению памяти и внимания, облегчают процесс чтения и письма.

Высшие психические функции развиваются в процессе командных игр с переключением внимания, с правилами, на напряжение — расслабление.

Восприятие формируется при условии включения игр и заданий на развитие тактильного, звукового, зрительного восприятия, их интеграцию и включение речевых стимулов.

Ловкость – физическое качество в наибольшей степени коррелирующее с интеллектуальной сферой ребенка. В связи с чем, применение подвижных игр, заданий и упражнений, направленных на развитие ловкости, будет не только сенситивно оправданным, но и обусловленным необходимостью стимуляции нейроразвития средствами физической культуры и спорта.

Литература

1. Петрусинский, В. В. Игры для активного отдыха в процессе обучения / В.В. Петрусинский, Е.Г. Розанова. - Москва: Высшая школа, 2014. - 128 с.

2. А.В. Семенович. Комплексная нейропсихологическая коррекция и абилитация отклоняющегося развития. (Часть 1)/А.В. Семенович – Москва: МГПУ, 2001. – 48 с.

3. Фельдштейн, Д.И. Глубинные изменения современного детства и обусловленная ими актуализация психолого-педагогических проблем развития образования [Электронный ресурс] // Вестник практической психологии образования. 2011. Том 8. № 4. С. 3–12. URL: https://psyjournals.ru/vestnik_psyobr/2011/n4/56243.shtml (дата обращения: 10.09.2020).