

**XX международная
научно - практическая конференция,
посвященная памяти профессора
Валентина Никифоровича Зуева**



**«СТРАТЕГИЯ ФОРМИРОВАНИЯ
ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ
НАСЕЛЕНИЯ СРЕДСТВАМИ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
И СПОРТА: ЦЕЛЕВЫЕ ОРИЕНТИРЫ,
ТЕХНОЛОГИИ И ИНОВАЦИИ»**

**Федеральный проект
«Спорт – норма жизни»**



НЕЙРОГИМНАСТИКА КАК СРЕДСТВО ПОДГОТОВКИ РЕБЕНКА К ШКОЛЕ

Признаки готовности к школе

Физиологическая готовность (контроль осанки, равновесия, достаточный уровень развития анализаторов, здоровья)

Психологическая готовность (достаточный уровень развития ЦНС, схемы тела)

Интеллектуальная готовность (достаточный уровень развития ВПФ: память, внимание, мышление, восприятие, воображение)

Социальная и речевая готовность (умение строить взаимодействие с учителем и сверстниками; фонематический слух и связная речь)



Бернштейн Н.А.

Уровни построения движений

- Уровень А — самый низкий и филогенетически самый древний.
- Уровень В — уровень синергий.
- Уровень С — уровень пространственного поля.
- Уровень D — уровень предметных действий.
- Уровень E — наивысший уровень — уровень интеллектуальных двигательных актов.



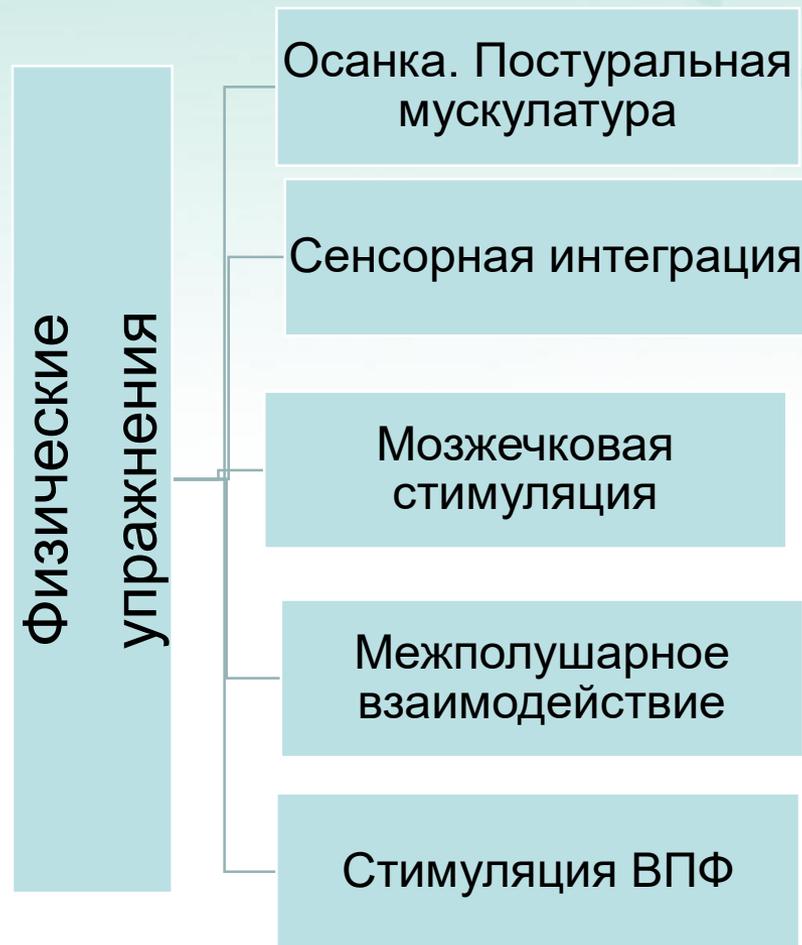
Бернштейн Н.А.

Выводы Н. А. Бернштейна

- Во-первых, в организации движений участвуют, как правило, сразу несколько уровней — тот, на котором строится движение и все нижележащие уровни. Так, например, письмо — это сложное движение, в котором участвуют все пять уровней. Уровень А обеспечивает тонус мышц. Уровень В придает движениям плавную округлость и обеспечивает скоропись. Уровень С обеспечивает воспроизведение геометрической формы букв, ровное расположение строк на бумаге. Уровень D обеспечивает правильное владение ручкой. Уровень Е определяет смысловую сторону письма.



Классификация физических упражнений с позиции нейроразвития ребенка



Формирование правильной осанки

Навык
правильной
осанки

Развитие
мышечного
корсета

Профилактика
плоскостопия

Развитие
постуральной
мускулатуры

Растягивающие
упражнения

Упражнения на
произвольное
расслабление

Дыхательные
практики

Упражнения в
равновесии



Сенсорное развитие

СЛУХОВОЙ ВВОД Слуховой ввод воспринимает оба вида ощущений: ЧТО мы слышим и КАК мы слушаем, он физиологически связан с вестибулярным аппаратом. Игры на развитие фонематического слуха: «кто больше услышит звуков?», чистоговорки с прыжком на определённый звук»;

ВИЗУАЛЬНЫЙ ВВОД. Игра «найди и дотронься до красного». Игры на сочетание звуковых, зрительных сигналов;

ОСЯЗАТЕЛЬНЫЙ (ТАКТИЛЬНЫЙ) ВВОД. Игра «передай предмет» - передаем в парах любой предмет с описанием его свойств по очереди; Игра «Муха»; «обними себя».

Вестибулярный ввод. Вращения (головой, туловищем, вокруг своей оси). Качели, карусели, перекаты, кувырки.

Проприорецептивный ввод. Прыгать! Играть в классики или с предметами, дающими упругую отдачу (мяч для фитнеса и т.п.). Толкать и тащить.



Формирование «схемы тела»

Упражнения и игры
с определением
правой, левой,
верхней, нижней
стороны тела

Упражнения и игры
с ориентацией в
пространстве

Упражнения и игры
с ориентацией на
плоскости



Мозжечковая стимуляция

Упр. на неустойчивой
поверхности

Упр. в равновесии без
контроля зрения

Манипулирование
различными
предметами с
различным ритмом
(жонглирование)

Вращения, качели

Упр. на уменьшенной
опоре

Ритмические упр: под
музыку, со сменой
ритма, со стихами,
«топы-шлепы»,
кричалки, скакалка



Межполушарное взаимодействие: упражнения

одновременно двумя
руками с одинаковыми
и различными
предметами

последовательно
двумя руками

разные упражнения
для левой и правой
руки

реципрокные движения

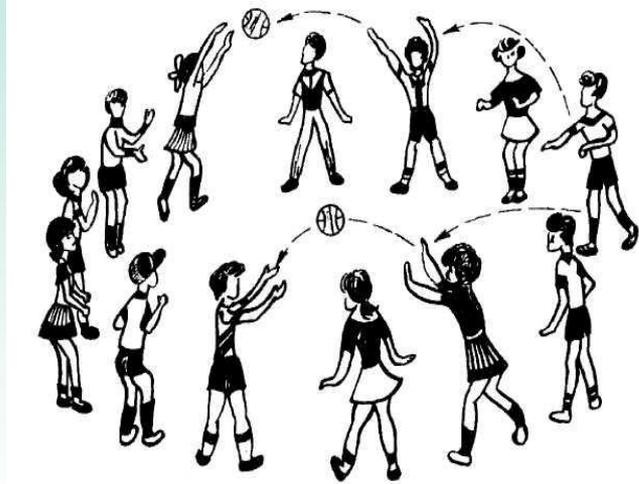
пальчиковая
гимнастика

разные упражнения
для правой и левой
ноги

с применением
максимально
разнообразных
предметов,
различающихся по
форме, весу, объему,
упругости, размеру



Высшие психические функции: память, внимание, мышление



- взаимодействие с партнерами и соперниками по игре, подчинение правилам и судье;
- игры с переключением внимания, на увеличение объема внимания;
- с речевыми включениями.

Включение в программу подготовки детей к школе средств нейрогимнастики

Стимуляция созревания структур головного мозга, что обеспечивает всестороннюю готовность ребенка к требованиям образовательного процесса в школе.

Социальная и речевая
готовность

Интеллектуальная
готовность

Психологическая готовность

Физиологическая готовность

