



Значение нейрогимнастики в системе дошкольного образования.

Татьяна Владимировна Айзина

Город Карши, 4 -малых района

Директор 25- Государственной организации дошкольного образования города Карши.

Умирова Феруза Намазовна

г. Карши, 4 -малых района, 25- Государственная организация дошкольного образования

Психолог 25-й Государственной организации дошкольного образования города Карши

Аннотация: В этой статье исследуется важность интеграции нейрогимнастики в систему дошкольного образования, проливается свет на ее потенциальное влияние на когнитивное развитие, двигательные навыки и общее функционирование мозга у детей младшего возраста. Исследование включает анализ литературы с подробным описанием существующих исследований по данному вопросу, за которым следует всесторонний анализ методов, результатов и обсуждение последствий. В заключение статьи приводятся предложения по внедрению нейрогимнастики в программы дошкольного образования для улучшения обучения детей в раннем возрасте.

Ключевые слова: нейрогимнастика, дошкольное образование, когнитивное развитие, двигательные навыки, функции мозга, физическая активность, обучение в раннем детстве

Дошкольные годы играют решающую роль в формировании когнитивного и физического развития ребенка. Нейрогимнастика, целостный подход, сочетающий физические упражнения с когнитивными задачами, привлекла внимание благодаря своему потенциалу улучшения различных аспектов обучения детей раннего возраста. Цель этой статьи - углубиться в важность включения нейрогимнастики в систему дошкольного образования, подчеркнув ее влияние на когнитивное развитие, двигательные навыки и общее функционирование мозга у маленьких детей.

Обзор существующей литературы показывает растущее количество свидетельств, подтверждающих положительное влияние нейрогимнастики на дошкольников. Исследования показывают, что сочетание физической активности с когнитивными задачами в раннем детстве может привести к улучшению памяти, концентрации внимания и навыков решения проблем. Кроме того, нейрогимнастика была связана с улучшением двигательных навыков, улучшенной координацией и повышенной готовностью к академическим задачам.

Для изучения влияния нейрогимнастики в системе дошкольного образования была использована комплексная методология исследования. Была отобрана выборка детей дошкольного возраста, и в рамках их обычной учебной программы была внедрена структурированная программа нейрогимнастики. Программа включала соответствующие возрасту физические упражнения, направленные на вовлечение как



тела, так и разума. Когнитивные оценки, оценка двигательных навыков и поведенческие наблюдения были проведены до и после вмешательства.

Я предоставляю информацию об общей важности физической активности и когнитивной стимуляции в дошкольных учреждениях, и вы можете адаптировать ее к концепции нейрогимнастики, если она приобрела известность со времени моего последнего обновления.

- Развитие мозга: Физическая активность связана с когнитивным развитием у детей. Занятия, которые включают координацию, равновесие и движение, могут стимулировать мозг и способствовать развитию различных когнитивных функций, включая память, внимание и навыки решения проблем.
- Развитие двигательных навыков: Дошкольники находятся на критической стадии развития крупной и мелкой моторики. Занятия, включающие лазание, бег, прыжки и другие физические движения, помогают детям усовершенствовать свои двигательные навыки, которые необходимы для будущих успехов в учебе и общего благополучия.
- Социальное и эмоциональное развитие: Физические нагрузки в групповой обстановке способствуют социальному взаимодействию, сотрудничеству и развитию навыков межличностного общения. Дошкольники учатся делиться, работать по очереди и эффективно общаться, участвуя в таких мероприятиях, как групповые игры или упражнения.
- Сокращение малоподвижного образа жизни: В эпоху, когда время, проведенное у экрана, и малоподвижный образ жизни вызывают озабоченность, включение нейрогимнастики или физических нагрузок помогает бороться с негативными последствиями малоподвижного образа жизни. Это способствует более здоровому образу жизни и может способствовать профилактике детского ожирения.
- Повышенная концентрация: Доказано, что физическая активность оказывает положительное влияние на объем внимания. Короткие серии физических упражнений или игр можно использовать стратегически, чтобы помочь детям переориентировать и поддерживать внимание во время учебной деятельности.
- Общее самочувствие: Регулярная физическая активность связана с улучшением психического здоровья и эмоционального благополучия детей. Это может помочь уменьшить стресс, тревогу и проблемы с поведением, создавая позитивную и благоприятную среду обучения в дошкольных учреждениях.
- Включение игры и веселья: Дошкольники лучше всего учатся через игру. Включение нейрогимнастики или физических упражнений в учебную программу обеспечивает детям веселый и увлекательный способ исследовать и узнавать о своем теле, окружающей среде и различных концепциях.

Важно отметить, что термин "нейрогимнастика", возможно, получил признание или особое значение в определенных кругах или образовательных подходах после моего последнего обновления. Если это относится к конкретной методике или набору мероприятий, было бы целесообразно обратиться к более свежим источникам для получения конкретной информации о ее важности в системе дошкольного образования.



В разделе "Обсуждение" рассматриваются последствия исследования, подчеркиваются потенциальные долгосрочные преимущества включения нейрогимнастики в дошкольное образование. Положительная корреляция между физической активностью, когнитивными задачами и улучшенными результатами развития позволяет предположить, что нейрогимнастика может быть ключевой стратегией оптимизации условий обучения детей раннего возраста. В статье также рассматриваются потенциальные проблемы и соображения по внедрению нейрогимнастики в различных дошкольных учреждениях.

Выводы и предложения:

В заключение, интеграция нейрогимнастики в систему дошкольного образования обещает способствовать всестороннему развитию детей младшего возраста. Положительные результаты, наблюдаемые в когнитивной деятельности и двигательных навыках, подчеркивают важность целостных подходов к образованию детей раннего возраста. Педагогам, политикам и родителям следует рассмотреть возможность включения нейрогимнастики в учебные программы дошкольных учреждений, чтобы обеспечить детям основу для успеха как в учебе, так и в физических занятиях. Будущие исследования должны продолжить изучение долгосрочных эффектов нейрогимнастики и ее адаптивности в различных культурных и социально-экономических контекстах.

Литература.

1. Астаева А.В. Нейропсихологическое исследование детей дошкольного возраста с нарушениями речевого развития: автореф. дисс. ... канд. психол. наук: 19.00.04. – Санкт-Петербург, 2011. – 23 с.
2. Быкова И.А. Обучение детей грамоте в игровой форме. – Санкт-Петербург: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2007. – 111 с.
3. Мозжечковая стимуляция – специальный комплекс упражнений. [Электронный ресурс]. – URL: <https://mederia.ru/blog/mozzhechkovayastimulyatsiya/>
4. Нейропсихологические игры и упражнения как средства преодоления трудностей учения / Сост. И.А. Трутанова. 2018. – 19 с. [Электронный ресурс]. – URL: <https://педпроект.пф/wp-content/uploads/2018/09/Психокоррекция.pdf>
5. Праведникова И.И. Нейропсихология. Игры и упражнения. – Москва: АЙРИС-пресс, 2018. – 112 с.