

Гайдукова Светлана Сергеевна

учитель начальных классов

МБОУ «Лицей №32» г. Белгорода

г. Белгород, Белгородская область

РАЗВИТИЕ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ЧЕРЕЗ ПОВЫШЕНИЕ ЕГО ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ НА ЗАНЯТИЯХ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Аннотация: наукой давно доказано: чтобы думать, дети должны двигаться! Восприятие мира ребенком через все органы чувств, через вестибулярный аппарат, через движения своего тела позволяют лучше обрабатывать, воспринимать и усваивать информацию из окружающего мира. В статье описан опыт работы занятий внеурочной деятельности, цель которых – удовлетворить потребность младших школьников в движении, способствуя при этом развитию их интеллектуальных возможностей.

Ключевые слова: внеурочная деятельность, упражнения нейропсихологической гимнастики, подвижные игры, настольные игры.

В современных условиях проблема сохранения здоровья детей чрезвычайно важна в связи с резким снижением процента здоровых детей. Весьма существенным фактором «школьного нездоровья» является неумение самих детей быть здоровыми, незнание ими элементарных законов здоровой жизни, основных навыков сохранения здоровья. С другой стороны, у младшего школьника ярко выражена потребность в движении, и длительное статическое напряжение, связанное с учебным трудом, неизбежно ведет к утомлению в центральной нервной системе.

Всем известно и не вызывает сомнений наличие взаимосвязи в развитии двигательных качеств и психических процессов, проявляющееся на протяжении всего школьного периода. Именно поэтому и была предпринята попытка создать программу по внеурочной деятельности, цель которой – удовлетворить

потребность младших школьников в движении, способствуя при этом развитию интеллектуальных возможностей каждого ребёнка и повышению его умственной работоспособности.

Достижение цели связывается с решением следующих *задач*: знакомство с упражнениями нейропсихологической гимнастики; организация деятельности учащихся по разучиванию разнообразных подвижных, настольных, коммуникативных игр и возможность использовать их в свободное время; создание условия для формирования культуры игрового общения, ценностного отношения к играм как наследию. Темы и задания занятий излагаются в заданной последовательности без деления.

Каждое занятие включает в себя:

1. *Ритмирование (5 мин.)* – это подготовительная процедура, предваряющая комплекс упражнений. Оно включает в себя упражнения, позволяющие обрести позитивность, активность, ясность и способность концентрировать внимание.

2. *Упражнения нейропсихологической гимнастики (10 мин.)* куда входят:

– *упражнения на пересечение срединной линии*. Они стимулируют крупную и мелкую моторику. Помогают нам использовать модели перекрестного движения, которые развивают бинокулярное зрение, координацию двух рук, двусторонний слух – это необходимо нам для решения учебных задач. Механизм, который заложен в основе этих движений, способствует повышению эффективных связей между правым и левым полушариями мозга;

– *упражнения на растяжение мышц*, которые способствуют снятию напряжения с сухожилий и мышц. При использовании таких упражнений, мышцы принимают нормальное состояние и посылают в наш мозг сигнал о том, что человек готов к познавательной работе;

– *упражнения на позитивное восприятие* переносят энергию к центру тела, восстанавливая ресурсы организма. Это снижает выброс адреналина в ситуации стресса, когда реакцию организма можно описать как «спасаться или драться»;

– *дыхательные упражнения* улучшающие ритмы, повышают энергетическое обеспечение деятельности головного мозга, успокаивают, снимают стрессы.

3. *Подвижные, настольные, интеллектуальные игры, игры-театрализация (15–20 мин)*, непосредственно воздействующие на восприятие, наглядно-образное и логическое мышление, внимание, память, речь. Они способствуют развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм.

Дети с удовольствием ходят на такие занятия. Использование гимнастики мозга и, конечно, игр может дать ученикам заново войти в контакт с собственным движением и подготовить их физическое тело к процессу обучения. Постоянная практика приводит к более глубокому осознанию движений, обогащению сенсорной информации, что позволяет ученику чувствовать уверенность и безопасность, высвобождая энергию для направленного внимания.

Но главное, успех таких занятий определяется удивительным фактом взаимосвязи и перехода новых физических навыков в умственные способности.

Список литературы

1. Dennison P.E. Brain Gym: Teacher's Edition / P.E. Dennison, G.E. Dennison. – 2010.
2. Григорьев Д.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: Пособие для учителя / Д.В. Григорьев, П.В. Степанов. – М.: Просвещение, 2010.
3. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе 1–4-е классы.
4. Патрикеев А.Ю. Подвижные игры. 1–4 классы. – М.: Вако, 2007. – 176 с.