Николаева Ольга Петровна
воспитатель
Иванова Анжелика Модестовна
воспитатель
Андреева Оксана Владиславовна
воспитатель
МБДОУ «Атлашевский Д/С «Золушка»
п. Новое Атлашево, Чувашская Республика

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ НЕЙРОСКАКАЛКИ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Аннотация: *в статье анализируется потенциал использования нейроскакалки как современного нейроинструмента в физическом и познавательном развитии детей дошкольного возраста.*

Ключевые слова: *нейроскакалка, инновационная форма, межполушарное взаимодействие, кинезиологический тренажёр, дошкольники, ловкость, координация, развитие.*

Нейроскакалка действительно можно рассматривать как инновационную форму здоровьесбережения для детей дошкольного возраста. Её ключевое отличие от обычной скакалки – принцип разнонаправленной работы ног: одна нога вращает тренажёр, а другая через него перепрыгивает. Это создаёт нагрузку не только на мышцы, но и на мозг, требуя одновременного согласования движений и ритма.

В отличие от обычной скакалки, где обе ноги работают симметрично, нейроскакалка заставляет полушария мозга «договариваться» между собой. В научно-методических публикациях её характеризуют как кинезиологический тренажёр, который улучшает межполушарное взаимодействие и тренирует мозжечок. На практике это выражается в развитии: координации и ловкости: необходимость удерживать ритм и перепрыгивать через движущуюся трость; концентрации и переключения внимания: нужно следить за вращением и одновре-

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

менно совершать прыжки; скорости мыслительных процессов: обогащение мозга кислородом за счёт кардионагрузки.

Методика использования

Теоретическое знакомство. Ребёнку показывают тренажёр, объясняют принцип работы, рассказывают о правилах безопасности.

Освоение базовых движений. Сначала учатся правильно застёгивать кольцо на щиколотке, вращать скакалку одной ногой и перешагивать/перепрыгивать через ось.

Постепенное усложнение. После освоения базовых движений добавляются хлопки, прыжки с предметами (мяч, кубик), движения под музыку или счёт, задания на внимание и память (например, назвать дни недели или времена года на каждый прыжок).

Требования к организации занятий:

Заниматься на ровной, нескользкой поверхности.

Соблюдать дистанцию не менее 1,5 метров между детьми.

Следить за правильной фиксацией кольца на ноге.

Начинать с коротких серий (2–5 минут), постепенно увеличивая время.

Примеры упражнений:

Обычные прыжки: Одна нога вращает скакалку, вторая – перепрыгивает. Через 2–5 минут ноги меняются.

Прыжки с хлопками. К базовому движению добавляются ритмичные хлопки перед собой, над головой или за спиной.

Прыжки с мячом. Во время прыжков подбрасывать и ловить мяч, отбивать его об пол или передавать партнёру.

Речевые упражнения. На каждый прыжок называть месяц, день недели, цвет или решать простые логические задачи

Результаты и эффекты: улучшение координации, ловкости, чувства ритма;

повышение уровня концентрации, внимательности и скорости реакции; развитие памяти, речи и способности к обучению; рост интереса к физической активности, формирование привычки к здоровому образу жизни; положитель-

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

ная эмоциональная динамика: занятия обычно вызывают у детей радость и азарт.

Нейроскакалка – это эффективный инструмент для всестороннего развития ребёнка-дошкольника, который помогает соединить физическую активность с тренировкой мышления, памяти, внимания и речи. При грамотном подходе и соблюдении методики такие занятия способствуют не только физическому, но и интеллектуальному росту ребёнка, а также формируют положительное отношение к спорту и активному досугу.

Список литературы

1. Орлова, Н. А. Что такое нейроскакалка / Н. А. Орлова. – URL: https://www.vospitatelru.ru/categories/4/articles/1518 (дата обращения: 24.11.2026). – Текст : электронный.

2. Хабаркова, С. А. Использование нейроскакалки с детьми дошкольного возраста / С. А. Хабаркова. – URL: https://clck.ru/3XCnbw (дата обращения: 24.11.2026). – Текст : электронный.

3. Нейротренажеры как средство мозжечковой стимуляции и межполушарного взаимодействия у детей дошкольного возраста / И. В. Долганова, Н. И. Никулина, М. А. Вилесова, Н. С. Соловьева // Педагогическое мастер-ство : Материалы XLIII Международной научной конференции (Казань, 20–23 февраля 2023 г.). – Казань : Общество с ограниченной ответственностью «Издательство Молодой ученый», 2023. – С. 1–5. – EDN QBTBSZ.

4.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)