

## Уважаемые родители!

Обучение в детском саду подразумевает, что нервная система ребенка развивается и готовится к школьным учебным нагрузкам. Вместе с тем, статистика и современный образ жизни показывают нам: до 68% детей к 5-6-летнему возрасту имеют разную степень недостаточной функциональной деятельности ЦНС. И речь идет ни о каких-то заболеваниях или поражениях, а, именно, о недостаточном нейромоторной опыте современных детей. Этот дефицит отражается на возможности детей быть достаточно внимательными, свободно сохранять положение тела, необходимое в данный момент времени (усидчивость), ориентироваться в пространстве, в том числе, листа, переключать глазки с объекта на объект и по строчке при чтении или письме, оптимальным способом удерживать ручку или карандаш, осваивать основные учебные навыки чтения, письма, счета.

Современная наука не стоит на месте и предлагает педагогическому сообществу способы решения актуальных задач обучения и воспитания детей. Институт Нейрофизиологической Психологии разработал целую систему упражнений, стимулирующих целостное развитие необходимых для успешного обучения функций. Во многих детских садах Екатеринбурга под эгидой Департамента образования города запущена программа подготовки педагогов по повышению их компетенции в области нейрофизиологических аспектов образовательного процесса. У наших детей появилась уникальная возможность получить дополнительные возможности для гармоничного развития. С сентября месяца вместе с детьми мы занимаемся нейромоторной гимнастикой. Все упражнения гимнастики простые, но особенные, каждое из них имеет свое назначение и, практически не имеет противопоказаний. Таковыми являются: травмы (переломы, растяжения, разрывы связок, смещения), высокая температура с судорожной симптоматикой, для отдельных упражнений — синдром Дауна.

Для эффективного процесса важно соблюдать регулярность. Впереди нас ждут длинные новогодние и рождественские каникулы. Если вы найдете возможным продолжать выполнять упражнения дома 5 раз в неделю, то это будет прекрасной поддержкой для ребенка, тем более, что весь комплекс занимает всего 7 минут. Нервная система «любит» регулярное неустойчивое воздействие. Описание и назначение упражнений Вы найдете в приложении.

Последовательность упражнений следующая:

1. Ветряная мельница;
2. Парашют;
3. Подъем головы;
4. Рыбка;
5. осьминог 2.

Счастливого наступающего Нового года!