

Консультация

«Особенности механизмов управления движениями старших дошкольников»

1) Возраст детей от 1-7 лет рассматривается физиологами как «нейтральное» детство. Возможности организмов девочек и мальчиков равны – «гендерное равенство». 6-ти летний возраст отличается плавным развитием. В среднем дети за год вырастают на 1-4 см, и прибавляют в весе 2-3 кг. Гипофиз активно вырабатывает соматотропный гормон.

За управлением движением отвечает двигательная зона правого полушария. Восприятие у детей – зрительно-пространственное. Основной метод обучения – показ упражнения в целом и помощь в выполнении.

2) Несогласованность движения и дыхания.

Идет становление центральной нервной системы (спинной мозг и головной мозг). Спинной мозг отвечает за работу конечностей. Головной мозг – правое и левое полушария. У детей наблюдается вегетативное реагирование на движение. При выполнении какого-то одного вида движения включаются все мышцы. Нет экономичности работы мышц.

3) **Движения рук плохо согласованы с движением глаз** – «моторный хаос». Структурная единица головного мозга – нейрон. Тела нейронов сливаясь образуют серое вещество.

Белое вещество – аксоны (связи) между нейронами. Чем больше связей, тем больше взаимосвязей между нейронами.

У детей в этом возрасте мало белого вещества, мало связей. Становление головного мозга происходит к 10-12 годам.

Чем больше у ребенка в раннем детстве разнообразной двигательной деятельности, тем выше умственное развитие.

Активная двигательная деятельность стимулирует развитие умственных способностей.

4) Неинформативное ощущение усталости.

В этом возрасте дети не чувствуют утомления. Усталость ребенка можно определить по внешним признакам:

- белеет или синееет носогубный треугольник;
- покраснение кожных покровов;
- обильное потоотделение.

Особенности опорно-двигательного аппарата

Костная ткань находится в процессе формирования. Кости мягкие. Связки не сильные. Слабые суставные капсулы.

Гипермобильные суставы у детей указывают на слабые связки.

Мышцы в этом возрасте тонкие, бедные белком и жиром. В основном состоят из воды.

Чрезмерные физические нагрузки в этом возрасте нарушают, замедляют физическое развитие ребенка. Не дают реализоваться его генетическим резервам.

Автор – составитель Л.И.Дедюлина, инструктор по физической культуре,
МДОУ «Детский сад № 44»