

## **Аннотация к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе физкультурно-спортивной направленности «Нейрофизкультура»**

Программа «Нейрофизкультура» предназначена для детей 7–9 лет и направлена на гармоничное физическое и когнитивное развитие посредством специально организованной двигательной деятельности. Её ключевая идея — использовать движение как естественный инструмент развития познавательных процессов: внимания, памяти, мышления, пространственной ориентировки, переключаемости и самоконтроля.

В основе программы лежит принцип «движение + когнитивная задача»: физические упражнения и подвижные игры дополняются заданиями, требующими от ребёнка удерживать инструкцию, запоминать последовательности, ориентироваться в пространстве, менять действие по сигналу, контролировать результат. Например, ребёнок не просто выполняет упражнение, а одновременно считает повторения, двигается по заданному маршруту, выбирает предмет по признаку или меняет способ действия после звукового/зрительного сигнала.

Отличительные особенности программы:

- комплексный подход — физическое и когнитивное развитие происходят в едином двигательном процессе;

- акцент на перекрёстных и двусторонних движениях для совершенствования координации;

- системное развитие двигательной памяти через запоминание последовательностей и маршрутов;

- использование изменяющихся правил и разномодальных сигналов (зрительных, слуховых, двигательных) для развития гибкости, переключаемости и контроля;

- возможность реализации в обычном спортивном зале без дорогостоящего оборудования.

Цель программы — создать условия для развития у детей внимания, памяти, мышления, пространственной ориентировки, координации, переключаемости и самоконтроля через специально организованную двигательную деятельность.

Задачи программы охватывают образовательный, развивающий и воспитательный аспекты: от формирования двигательных умений и навыков, освоения перекрёстных движений и пространственной ориентировки до развития концентрации внимания, разных видов памяти, координации и способности контролировать собственные действия; параллельно воспитывается интерес к физической культуре, самостоятельность, умение взаимодействовать со сверстниками и соблюдать правила.

Программа рассчитана на 1 год обучения, общий объём — 36 академических часов (по 45 минут), занятия проводятся 1 раз в неделю в групповой форме. В образовательном процессе используются практические занятия, игровые задания, двигательные маршруты, упражнения с предметами, а также входной и итоговый педагогический мониторинг для отслеживания динамики развития детей.

Содержание программы строится на принципах систематичности, доступности, постепенного усложнения, безопасности и интеграции физического и когнитивного развития. Важной особенностью является без оценочная деятельность: ребёнок освобождается от страха ошибки и сравнения с другими, что создаёт комфортную среду для освоения новых навыков. Предусмотрено также взаимодействие с родителями: семья знакомится с достижениями ребёнка и получает рекомендации по совместной двигательной активности.

Практическая значимость программы заключается в формировании у детей комплекса навыков, полезных в повседневной жизни и учебной деятельности: умения слушать и понимать инструкцию, удерживать правило, запоминать порядок действий, ориентироваться в пространстве, быстро переключаться, планировать движение и оценивать результат. Программа даёт педагогу систему двигательных заданий, позволяющих системно развивать когнитивные способности без снижения двигательной активности, и может быть реализована педагогом дополнительного образования в рамках стандартной инфраструктуры образовательного учреждения.