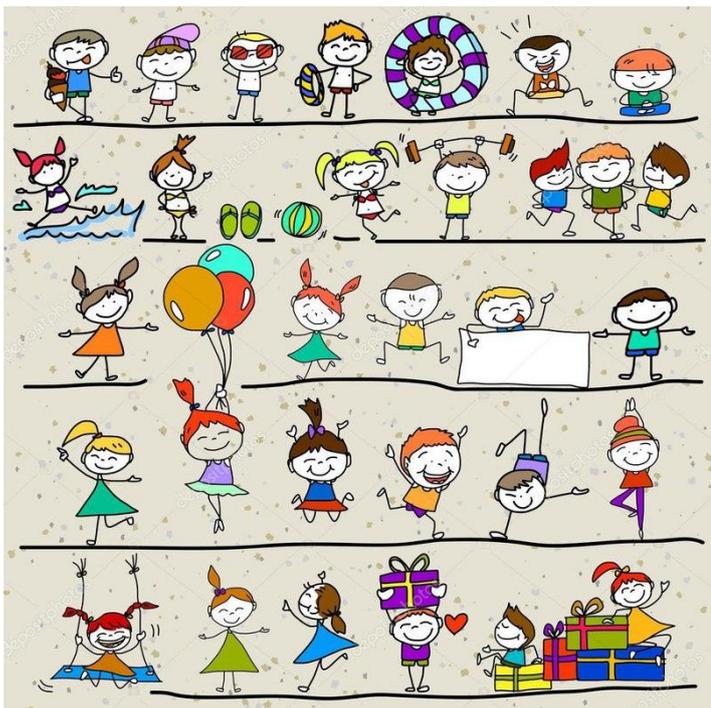


## «ЗАГОВОР ПРОТИВ ДВИЖЕНИЯ. О ЗАБЫТОМ СПОСОБЕ РАЗВИТИЯ ИНТЕЛЛЕКТА

«Сиди и учи! Будешь все время бегать — так и останешься дурачком!»



Агрессию по отношению к двигательной активности мы с вами можем сейчас наблюдать повсеместно. Посудите сами: детская кроватка вместо маминых рук (а мама с малышом на руках ведь не сидит: то встанет, то присядет, то наклонится за игрушкой), манеж, ходунки дома и «поводок» на улице — когда ребенок еще не вполне научился держать корпус.

Дальше — обездвиживающий телевизор с развивающим каналом (так удобно маме готовить ужин, когда он занят). После телевизора начинается та самая вроде бы безумная беготня. Развивающие студии, где развиваемся мы тоже чаще всего сидя. Потом — детский

сад, где свободного движения — много ли? Мальчики, которые бегают — это хулиганы и негодяи (кто тут помнит, что это вообще особенность мужской психики — воспринимать мир в движении). Потом 11 лет сидения за партой днем и за компьютером и уроками вечером (даже 1 час спортивной секции — не в счет). Еще пять лет вуза. Ну а потом — уже по привычке — компьютер, телевизор и диван, максимум — комфортное кресло авто. Потому что уже не представляем, что может быть по-другому. И то же передаем детям, которые почему-то становятся все более неуправляемыми.

А теперь давайте только на минуточку вспомним, что все ведущие физиологи и дефектологи современности все в один голос говорят: «Истинный интеллект у ребенка развивается в движении!» В свете этой аксиомы вся описанная выше цепочка выглядит не иначе, как заговор против человечества, кем-то коварно продуманной целенаправленной деятельностью по превращению нас в хорошо управляемый материал. Безумное предположение? Но почему тогда мы добровольно лишаем себя и своих детей движения, которое является не просто прихотью, а одной из важнейших потребностей? Для детского же развития оно просто необходимо.

В прошлом уже веке жил в нашей стране прекрасный ученый — Николай Александрович Бернштейн. Он был потомственным физиологом: его отец был известным психиатром, а дед возглавлял кафедру физиологии Новороссийского университета до того, как туда пришел Иван Михайлович Сеченов.

Николай Александрович создал теорию построения движений: он исследовал, какие процессы происходят в нашем мозге, когда мы, например, берем со стола яблоко. Дело в том, что наш мозг можно представить в виде пирамиды, где самые широкие кольца, составляющие фундамент, роднят нас... с простейшими организмами вроде медуз. Этот уровень — уровень А по Бернштейну — отвечает за многое: прежде всего, благодаря именно ему мы ощущаем себя как нечто целостное и живое. С этим

уровнем связан наш вестибулярный аппарат, благодаря ему мы ощущаем положение своего тела относительно силы тяжести...

В настоящее время идеи Бернштейна активно развивает — в теории и на практике — известный коррекционный педагог и ученый-физиолог Елена Владимировна Максимова, которая работает с очень сложными детишками: аутистами, детьми с ДЦП в сложной форме... Она на практике убедилась: теорию построения движений Бернштейна можно рассматривать как «теорию построения уровней психического реагирования». Потому что, если у человека не простроен уровень А — у него проблемы с доверием к миру, он может быть неуравновешенным, неуверенным (нет чувства опоры — опорный рефлекс запускается именно на этом уровне).

На втором уровне — уровне В — человек начинает овладевать своими конечностями, управлять мышцами. На этом уровне формируются двигательные штампы, автоматизмы — и, если этот набор достаточно богат, человек становится весьма ловким, и не только в физическом смысле этого слова. В детстве эти штампы прекрасно формируются как раз в совместном бесцельном вроде бы движении — бегалках, прыгалках, щенячьей возне (вспомните, как собаки возятся со своими детьми).

Только на уровне С мы начинаем овладевать пространством: можем, наконец, дотянуться рукой до яблока и взять его. Вспомните, как усердно и самозабвенно над этим навыком трудятся детишки первого года жизни. А канувшие в лету игры во дворе? Выбивалы, кондалы, в которых кроме построения движений решалось еще невероятное количество развивающих задач?

Кстати, в свете теории построения движений Бернштейна совершенно по-другому воспринимается роль хороводов. Настоящий сложный хоровод зарождается... на уровне А, поскольку хоровод — это прежде всего целостность, единство. Проводились специальные исследования: если хоровод водить со знанием дела, то в конце у всех его участников синхронизируется пульс, кровяное давление, ритм дыхания... Но хоровод — это еще и сложнейшая пространственная геометрия. Водите с детьми хороводы (только надо помнить, что есть структуры гораздо сложнее, чем «за ручки и по кругу») - и в старших классах они будут приносить вам пятерки по геометрии.

По сути дела, только на уровне D человек наконец перерастает животных, исключая, пожалуй, высших млекопитающих. Уровень D — это уровень действий. Что такое действие? Это когда мы вместо того, чтобы тянуть ручки к яблоку, которое лежит на высокой полке, уходим в противоположную сторону от яблока — за табуреткой, приносим ее и достаем яблоко!

А собственно человеческая деятельность, к которой не способно ни одно высокоразвитое животное, начинается только на уровне E: речь, письменность, музыка, театр, танец («танцы» животных носят рефлексорный характер).

Так в чем же проблема, спросите вы? В том, что при рождении эти уровни у человека не достроены, и нам нужно помочь их достроить, причем достроить последовательно, начиная с самых низших. Что вместо этого делаем мы? Мы в два года (!) ведем ребенка в развивающий клуб учиться читать, перетаскивая его сразу на интеллектуальный уровень E! Но природа не терпит нарушения своих законов — и подобная спешка оборачивается невротами и психологическими проблемами.

Как этого избежать? Вспоминайте, как тютюшкать ребенка, устраивайте с ним веселую возню — и не смотрите на подобные игры как на что-то бессмысленное и

беспольное: в это время в мозге ребенка (и в вашем, между прочим) происходят невероятно важные и сложные процессы, закладывается его психическое здоровье — и его будущее интеллектуальное преимущество перед обездвиженными сверстниками.