Физическое развитие – основа для развития мозга и соответственно всех видов обучения, включая чтение, правописание, арифметику, музыку.

Джанет Доман, директор филадельфийского Института развития человеческих возможностей, утверждает, что с самого первого дня жизни ребёнок должен выполнять физические упражнения: «Позвольте детям ползать как можно раньше. Чем больше дети ползают, тем быстрее они учатся передвигаться на четвереньках, а чем больше они передвигаются на четвереньках, тем лучше они смогут ходить».

Наблюдения учёных показывают, что у детей, которые сразу стали ходить, не ползая, через 5 лет возникают сложности с бинокулярным зрением, отвечающим за совмещение изображения, полученного обоими глазами.

Но как ползание может отразиться на зрении ребёнка? «В сущности, новорождённые совершенно не могут сводить глаза в одну точку, - пишет Джанет Доман,- но, когда ребёнок начинает ползать, у него появляется необходимость использовать одновременно оба глаза из-за того, что, начав передвигаться, ребёнок тут же начинает натыкаться на мебель. Потому что, когда это происходит. Он неосознанно начинает сводить вместе эти два блуждающих глаза. После этого, каждый раз, когда ребёнок начинает двигаться, он будет смотреть по сторонам.

В процессе тренировки совмещения изображения от обоих глаз его зрение становится всё луче и лучше. Если же пропустить этот важный этап физического развития, естественно будет пропущен и важный этап развития функциональных систем мозга»

Физиологи обосновали важность физических упражнений и показали, чтобы ползать, ребёнок должен использовать и руки и ноги. Ползание укрепляет 300млн. нервных клеток, соединяющих оба полушария через мозолистое тело. Поэтому дети, пропускающие стадию ползания, что часто бывает из – за родовых травм испытывают сложности с деятельностью обоих полушарий мозга.

При ползании «по – пластунски» надо обратить внимание на то, чтобы ребёнок плотно мог лечь животиком на ковёр, затем подтянуть правую (левую) ногу и одновременно вытянуть левую (правую0 руку как можно дальше. Опираясь на предплечье или кисть правой руки и колено левой ноги, передвинуть тело вперёд, одновременно подтянуть другую ногу и вытянуть другую руку и продолжать движение в том же порядке. Голову высоко не поднимать, смотреть прямо перед собой, наблюдая за предметами на пути движения.

Для ползания на четвереньках ребёнок должен встать на колени и опереться на предплечья или кисти рук. Подтянуть согнутую правую (левую) ногу под грудь, одновременно левую (правую) руку вытянуть вперёд. Передвинуть тело вперёд до полного выпрямления правой (левой) ноги, одновременно подтягивая под себя другую ногу и вытягивая другую руку, продолжить движение в том же порядке и направлении.

Для совершенствования приёмов передвижения и, как следствие, концентрации внимания и развития визуально – пространственного восприятия, следует постоянно проводить «упражнения» в передвижении в игровой форме, которые являются не только естественными, но и необходимыми в развитии ребёнка. Теория показывает, что необходимо виды движений, такие как ползание, «гимнастика мозга», кинезиология движений, «методика определения степени развития сенсорно – моторных функций ребёнка», обучение жонглированию и другие, предназначены для стимуляции общей деятельности головного мозга.

Наблюдения выявили особую важность первых лет жизни и показали, что воспитанники, которые медленно развивались в течение первых 4 лет жизни, вероятнее всего, будут испытывать трудности в обучении.

Так, например, при определении ведущего глаза, некоторые дети не могут наблюдать за предметом через отверстие в трубке обоими глазами, а видят два круга. Т рубку стараются подносить к левому – ведущему глазу.

Замечено, что по просьбе нарисовать рисунок «куба», ребёнок рисует «квадрат». Таким образом, мы видим, что отсутствует восприятие объёмных фигур.

Поэтому очень важно распознавать любые специфические проблемы, возникающие у ребёнка, например со зрением. Если не помочь на ранней стадии заболевания, он вернее всего, будет испытывать сложности в течение длительного времени, а возможно и всей жизни.

Родителям важно знать, что ребёнок учится на практическом опыте, а именно: ползать ползая, ходить в процессе ходьбы, говорить разговаривая.

Ползание - важный этап в жизни ребёнка, его приёмам не поздно обучать не только дошкольников, но и детей младшего школьного возраста.