

Наталья Черменская

МЕТОДОЛОГИЯ НЕЙРОСЕНСОРНОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ

Научный подход
к раскрытию потенциала
ребёнка через развитие
нейросенсорных систем



МОЗГ
И СЕНСОРНЫЕ
СИСТЕМЫ



ВОСПРИЯТИЕ
ИНТЕГРАЦИЯ
РАЗВИТИЕ



ДВИЖЕНИЕ
КООРДИНАЦИЯ
ОБУЧЕНИЕ



ЭМОЦИИ
ВНИМАНИЕ
МОТИВАЦИЯ

ЦЕЛОСТНЫЙ ПОДХОД
К ГАРМОНИЧНОМУ
РАЗВИТИЮ РЕБЁНКА



НАУКА
ПРАКТИКА
РЕЗУЛЬТАТ



Наталья Черменская

**Методология нейросенсорного
развития детей**

«Автор»

2026

Черменская Н.

Методология нейросенсорного развития детей / Н. Черменская — «Автор», 2026

Почему ребёнку трудно сосредоточиться, запомнить новое или справиться с простым заданием? И почему дополнительные уроки не всегда помогают? Возможно, начинать стоит не с тетрадей, а с движения. «Методология нейросенсорного развития» объясняет, как связаны тело и мозг, речь, память, внимание и мышление. На основе идей Выготского, Лурии, Леонтьева, Запорожца и Эльконина и традиций азиатского мастерства автор раскрывает устройство развивающих упражнений: зачем соединять движение со словом, как выбирать посильную нагрузку и когда усложнять задачу. Вы научитесь видеть за игрой с мячом, пальчиковой гимнастикой или упражнением на координацию целую систему развития, подбирать занятия по возрасту и отличать полезную практику от механического повторения. Эти принципы применимы и во взрослом возрасте. Книга для родителей, педагогов и специалистов по детскому развитию. Первая часть серии о нейросенсорном развитии; практическое продолжение — «Нейро кунг-фу».

© Черменская Н., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Введение	5
Глава 1. Мозг развивается через тело	9
Конец ознакомительного фрагмента.	10

Методология нейросенсорного развития детей

Введение

Марина записала сына на пробное занятие в центр развития интеллекта. В описании стояло: «авторская азиатская методика», «нейросенсорная интеграция», «межполушарное взаимодействие». Кирилл заканчивал второй класс, читал медленно и на устном счете замирал так, будто любой неверный ответ навсегда докажет, что он хуже остальных. Марина искала не чудо. Ей хотелось увидеть сына живым и уверенным там, где школа каждый день заставляла его сжиматься.

Занятие началось с мяча. Педагог называла пример, ребенок ловил мяч, отвечал и бросал обратно. Затем дети шагали на месте, касаясь правой рукой левого колена, и перечисляли дни недели в обратном порядке. За столом они переносили разноцветные шарики деревянными палочками и вслух называли цвет. В конце приседали, вычитая из ста по четыре.

Марина смотрела на палочки, ритм и точные движения — и понимала, почему программу называли азиатской. Но мяч с примерами она помнила по третьему классу. Перекрестные шаги делала на школьных физкультминутках. Считалки сопровождали прыжки через резинку во дворе. Пальчиковые движения со стихами ее младший брат разучивал у логопеда. Перед ней находилась не чужая экзотическая система и не забытая советская методичка. В одном зале встретились две традиции, которые десятилетиями шли к развитию через тело разными путями.

Советская психологическая школа подробно объясняла, как высшие функции собираются в деятельности, почему речь сначала существует между ребенком и взрослым, а затем становится внутренним инструментом, как движение входит в структуру внимания, памяти и мышления. Азиатские школы телесного мастерства веками оттачивали другую сторону: как передавать сложный навык через показ, повторение, ритм, положение тела, постепенное усложнение и ежедневную практику.

Одна традиция дала карту. Другая сохранила культуру пути. Нейросенсорное развитие становится полноценной системой там, где карта соединяется с практикой.

Что связывает мяч, палочки и приседания

Упражнения, которые Марина увидела на занятии, различались внешне, но были построены по одной архитектуре. Ребенок двигался. Одновременно говорил. Одновременно удерживал и преобразовывал информацию.

Когда летит мяч, тело рассчитывает траекторию, готовит руки и ловит предмет. В тот же момент ребенок извлекает из памяти результат умножения, облекает его в слова и возвращает мяч партнеру. Здесь нет отдельной физкультуры, отдельной речи и отдельной математики. Есть единое действие, внутри которого несколько систем обязаны договориться за доли секунды.

Палочки создают другую задачу. Нужно удерживать тонкий предмет, дозировать давление, не уронить шарик, выбрать его по цвету, перенести в нужный стаканчик и назвать действие. Равновесие, мелкая моторика, зрительный контроль, речь и правило сходятся в одной точке. Приседания с вычитанием собирают ту же конструкцию из другого материала: крупное движение, ритм, последовательность чисел и торможение первого привычного ответа.

Если убрать одну составляющую, меняется не только сложность, но и само упражнение. Мяч без интеллектуальной задачи становится тренировкой ловкости. Пример без мяча возвра-

щается в тетрадь. Перекладывание предметов без правила занимает руки, но не требует перестройки действия. Слова без движения остаются объяснением, которое ребенок может понять и не сумеет выполнить.

Формула этой книги звучит так: движение, речь и память включаются не по очереди, а внутри одного действия. К ним добавляются сенсорная точность, сильное усилие, новизна и повторение. Из этого сочетания рождается нагрузка, которая меняет не отдельный навык, а способ, которым мозг собирает задачу.

Две школы, одна архитектура развития

Советская школа смотрела на ребенка не как на набор изолированных способностей. Выготский показал, что развитие идет через совместное действие и присвоение культурных средств. Лурия описал функциональные системы, в которых сложная способность не сидит в одной точке мозга, а собирается из работы нескольких участков. Леонтьев связал психику с предметной деятельностью. Запорожец раскрыл роль движения в формировании произвольности. Эльконин показал, что каждому возрасту соответствует деятельность, через которую перестраивается весь способ отношения ребенка к миру.

Из этой линии выросли упражнения, знакомые нескольким поколениям: движение со словом, ритм со счетом, мяч с вопросом, пальчиковая последовательность со стихом, действие по правилу с постепенным усложнением. Их сила заключалась не в ностальгии и не в принадлежности к определенной стране. За ними стояло понимание развития как системы.

Азиатская традиция добавляет то, что научная схема сама по себе не создает: форму ежедневного обучения. В ней ученик сначала входит в движение целиком, повторяет за мастером, осваивает ритм и положение тела, а уже затем начинает понимать тонкие различия. Простое действие не считается пройденным после первого правильного выполнения. Оно становится основой мастерства, когда сохраняется под нагрузкой, соединяется с дыханием, вниманием и новым условием.

Кунг-фу в этом смысле — не название набора боевых приемов. Это работа, доведенная временем до мастерства. Ребенок, который много раз ловит мяч и решает пример, проходит тот же путь на своем материале: сначала действие распадается, затем собирается, потом ускоряется и наконец освобождает внимание для следующей сложности.

Советская школа отвечает на вопрос, почему упражнение перестраивает функцию и как соотносить его с возрастом. Азиатская — как превратить разовое задание в путь, сохранить интерес к повторению и передать ребенку ощущение растущего мастерства. Методология нейросенсорного развития соединяет эти ответы.

Почему инструмент выпал из рук

Проблема началась не тогда, когда исчезли отдельные упражнения. Многие из них сохранились. Исчезло понимание конструкции. Физкультминутка осталась в расписании, но превратилась в несколько формальных взмахов руками. Пальчиковая игра сохранила стишок, но потеряла точность движения и усложнение. Мяч продолжили бросать, однако убрали задачу, ради которой моторная и интеллектуальная системы должны были работать вместе.

Одновременно развитие ребенка все сильнее переселялось за стол. Чтение стали улучшать дополнительным чтением, письмо — дополнительными строчками, внимание — требованием дольше сидеть неподвижно. Тело отправили в отдельную категорию «спорт»: полезно для здоровья, но будто бы не связано с тем, как ребенок запоминает, планирует, говорит и решает.

Там, где объяснение исчезло, форма быстро стала скучной. Там, где исчезла культура мастерства, повторение превратилось в принуждение. Взрослый видел бессмысленный ритуал, ребенок чувствовал очередное задание, и оба отказывались от инструмента, не подозревая, что выбрасывают не движение руками, а способ соединять функции.

Позже похожие практики вернулись в новой упаковке: с палочками, балансом, ритмом, иероглифами, словами «нейро» и «сенсорная интеграция». Новая форма привлекла внимание и вернула телесному обучению ценность. Но вместе с ней возникла другая опасность: принять антураж за механизм. Палочки сами по себе не развивают мозг лучше мяча, а поза воина не превращает любое действие в работающую методику. Результат создает конструкция нагрузки.

Что именно предлагает эта книга

Перед вами не энциклопедия развивающих игр и не сборник эффектных занятий на каждый день. Это книга о том, как устроена система. Она объясняет, какие процессы соединяет упражнение, почему одновременность сильнее последовательного выполнения, зачем нагрузке новизна, как повторение меняет скорость нервного маршрута и почему возраст определяет не только сложность, но и сам материал развития.

Сначала мы разберем фундамент: тело как часть мышления, системную работу мозга и идеи исследователей, из которых складывается методология. Затем рассмотрим четыре главных элемента упражнения — движение, речь, память и сенсорную задачу — и научимся отличать живую нагрузку от действия, которое ребенок давно выполняет автоматически.

После этого система будет разложена по возрастам. В раннем детстве основой станет сенсорное исследование и совместное действие со взрослым. В дошкольном возрасте — роль, ритм, перекрестные движения и речь. В младшей школе — соединение моторной задачи с учебным материалом. В подростковом возрасте — сложная координация, самостоятельная цель и понимание механизма. Отдельно будет показано, как те же принципы продолжают работать у взрослых и пожилых.

Эта книга учит проектировать и оценивать упражнения. Читатель сможет посмотреть на любое занятие и увидеть его внутреннюю схему: что делает тело, какую информацию удерживает память, где включается речь, какое усилие требуется, когда упражнение нужно усложнить и по каким изменениям замечен результат.

Практическое продолжение — «Нейро кунг-фу» — возьмет эту архитектуру и превратит ее в школу ежедневных занятий: с миссиями, ступенями, ролями, картой продвижения и большим набором упражнений. Поэтому здесь примеры помогают понять принцип, а не заменяют собой будущую программу. Сначала читатель получает устройство системы. Затем — мастерскую, в которой это устройство превращается в практику.

Первое наблюдение

Прежде чем переходить к первой главе, вспомните действие из собственного детства, где телу приходилось думать. Скакалка со считалкой. Резинка с последовательностью прыжков. Классики, где нужно удерживать равновесие, помнить порядок клеток и следить за очередью. Мяч с названиями городов. Ладушки, в которых ритм, слово и движение нельзя разъединить.

Теперь разберите это действие. Что делали глаза? Что удерживали руки? Что произносил голос? Какое правило находилось в памяти? В какой момент становилось трудно? Как менялась задача после того, как прежний вариант начинал получаться легко?

Эти вопросы и есть вход в методологию. Они переводят внимание с внешней формы на внутреннюю архитектуру упражнения. После них мяч перестает быть просто мячом, палочки

— признаком азиатской методики, а физкультминутка — паузой между настоящими занятиями. Перед вами появляются инструменты, из которых можно собирать развитие.

Марина после пробного занятия все же записала Кирилла на курс, ведь она увидела в работе педагога четкую систему. Дома они продолжили заниматься с обычным мячом. На следующей неделе добавили обратный счет, затем смену руки, потом короткие словесные задачи. А палочки остались для другого вечера, когда требовались тишина, точность и терпение.

Через несколько недель Кирилл перестал замирать на устном счете. Но важнее было другое: он начал входить в сложную задачу без прежнего ожидания поражения. Один инструмент пришел из школьного двора, другой — из азиатской культуры движения. Работали они по общей архитектуре, которую дальше предстоит разобрать подробно.

Глава 1. Мозг развивается через тело

Логопед Ирина Дмитриевна двадцать три года работает в поликлинике на окраине Екатеринбурга. На первичном приеме она почти никогда не начинает со звуков. Перед ней четырехлетний ребенок, который говорит десятком смазанных слов, а она высыпает на стол крупные пуговицы и ставит рядом два блюда. Просит рассортировать пуговицы, нанизать их на шнурок, застегнуть кофту, постоять на одной ноге и досчитать до пяти.

Мать не выдерживает: «Мы пришли по поводу речи».

Ирина Дмитриевна отвечает: «Я и смотрю речь».

За коротким ответом стоит главный принцип главы: речь, внимание, память и движение не развиваются в изолированных комнатах. Каждая сложная функция собирается из согласованной работы нескольких систем, и тело входит в эту работу не как приложение к мозгу, а как один из ее основных участников.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.