

РОЛЬ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ В РАЗВИТИИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

О. В. Кухарчук

кандидат педагогических наук, доцент кафедры психологии и дефектологии

ФГБОУ ВО «Сочинский государственный университет»

г. Сочи, Россия

kuxov@mail.ru

Н. А. Артёменко

магистр ФГБОУ ВО «Сочинский государственный университет»

г. Сочи, Россия

querreiro@mail.ru

Аннотация: В статье раскрывается роль движений, которую они играют в повседневной жизни человека и, особенно, в развитии детей. Посредством движений ребёнок уже с самого раннего возраста начинает познавать окружающий его мир; взаимодействует с ним; выражает своё отношение к нему. Движения входят составным компонентом в различные виды человеческой деятельности; являются внешним выразителем и характеристикой поведения человека.

Ключевые слова: двигательная активность, психическое развитие ребёнка, физическое развитие ребёнка, социальное развитие ребёнка.

THE ROLE OF MOTOR ACTIVITY IN THE DEVELOPMENT OF PRESCHOOL CHILDREN

O. V. Kukharchuk

*PhD in Pedagogical Sciences, Associate Professor, Department of Psychology
and Defectology, Sochi State University, Sochi, Russia*

kuxov@mail.ru

N. A. Artemenko

Master of the Sochi State University, Sochi, Russia

Abstract: The article reveals the role of movements that they play in a person's daily life and, especially, in the development of children. Through movements, the child begins to know the world around him from an early age; interacts with him; expresses his attitude towards him. Movements are an integral component in various types of human activity; they are an external expression and characteristic of human behavior.

Keywords: motor activity, mental development of the child, physical development of the child, social development of the child.

Дошкольные годы жизни – это период интенсивного и нравственного развития каждого ребёнка; основа физического, психического и нравственного здоровья. Поэтому в настоящее время вполне закономерен интерес многих психологов во всём мире к проблемам дошкольного детства.

Ещё до рождения ребёнок является человеческим существом. Отношение матери к ещё не родившемуся ребёнку важно для его развития.

Рождение ребёнка является самым сложным периодом в жизни человека: Прохождение по узким родовым путям на всю жизнь присутствуют в подсознании человека, потому что во время родов он подвергается чрезмерным испытаниям.

У родившегося ребёнка начинают активно перестраиваться функционирование жизненно важных систем и включаются такие механизмы, которые во время внутриутробного развития отсутствовали.

В каждом периоде детства имеются свои особые, неповторимые достоинства, свойственные только данному этапу развития. Рост и развитие ребёнка требует создания необходимых условий, которые направлены на оптимизацию его взаимодействия с пространством и временем своего развития. Сочетание определенных факторов на каждом этапе развития ребёнка способствует возникновению новообразований, характеризующих

данный период развития ребёнка и необходимых для формирования гармоничной личности.

В процессе физиологического и духовного развития каждому ребёнку приходится проходить всю историю человечества. Познание окружающего мира у ребёнка происходит посредством деятельности, которая проявляется, прежде всего, в движениях: через движения его глаз, языка, рук, перемещение в пространстве. Разнообразные движения дают большое количество информации в мозг, а это, в свою очередь, способствует активному интеллектуальному развитию. Развитость движений является важным показателем верного нервно-психологического развития в раннем возрасте. Психологические и возрастные особенности детей в первые три года жизни позволяют с помощью движений активно познавать окружающий мир [1, с. 9].

Движения как важное средство воспитания находится в поле зрения известных педагогов с древних времен до наших дней.

Ж.-Ж. Руссо отмечал, что движение, являясь средством познания окружающего мира, играет большую роль для усвоения таких понятий, как пространство, время, форма.

К.Д. Ушинский многократно указывал, что движения способствуют лучшему овладению ребёнком родного языка.

По мнению Е.А. Аркина, интеллект, чувства, эмоции вызываются в жизни только с помощью движений. Он считал необходимым условием предоставление возможности детям двигаться как в повседневной жизни, так и на занятиях и называл высокую подвижность ребёнка-дошкольника «его естественной стихией».

Академик Н.Н. Амосов назвал движения «...первичным стимулом» для умственного развития ребёнка. В процессе движения идёт познание окружающего мира ребёнком; прививается любовь к нему; научение рационально действовать в нём.

Движение у маленького ребёнка является первым истоком смелости, выносливости, решительности; а у старших детей в процессе движения

происходит формирование формы проявлений этих существенных человеческих качеств. Природа обеспечила ребёнка естественным стремлением к движению, чувством «мышечной радости».

Ползание, лазание, бросание, метание, ходьба, бег, прыжки относят к *основным движениям*. Основные движения жизненно необходимы для ребёнка и их формирование является одной центральной проблемой психофизического становления личности ребёнка.

А.И. Быкова, Э.С. Вильчковский, А.В. Кенеман, И.В. Муратов, Н.В. Потехина, Е.А. Тимофеева и др. в своих научных трудах показали, что в развитии ребёнка движения являются естественной потребностью и важным условием для формирования основных структур и функций организма.

Русские физиологи И.М. Сеченов, Н.В. Введенский, И.П. Павлов, В.М. Бехтерев, А.А. Ухтомский внесли огромный вклад в разработку вопросов физиологии движений, а затем их последователи П.К. Анохин, Н.А. Бернштейн, А.Н. Крестовников и др. развили их идеи в своих работах.

Развитие двигательной активности – обязательный этап в развитии ребёнка, который оказывает большое значение для процесса развития в целом. Двигательная активность влияет на развитие процесса деятельности в целом, а также его разнообразных видов.

Всякий этап развития ребёнка базируется на гармоничном взаимодействии с окружающей средой, учитывая соответственно его возраст и потребности. Ведь именно под воздействием внешнего окружения появляются качественные новообразования в области сознания и личности ребёнка, которые значительно оказывают воздействие на его развитие.

В раннем и дошкольном возрасте, в период формирования всех основных систем и функций организма человека, движение – врожденная жизненно необходимая потребность человека, которую особенно важно в полную силу удовлетворять, – так считают физиологи. По их мнению, работа скелетной мускулатуры имеет большое значение для развития физиологических систем ребёнка.

Растущему и развивающемуся детскому организму движение крайне необходимо. При движении задействовано большое количество мышц, интенсивная работа которых заставляет более энергично работать основные функциональные системы и оказывает на них тренирующее воздействие.

За счёт двигательной активности ребёнка происходит развитие мышечной силы, а это, в свою очередь, увеличивает энергетические запасы организма. У растущего организма израсходованная энергия восстанавливается с большим превышением, то есть создаётся некоторый её резерв, в результате которого происходит развитие мышечной массы и обеспечивается рост организма. Важно отметить, что это не просто прирост массы; это даёт возможность ребёнку выполнять ещё большие по объёму и интенсивности нагрузки. От работающих мышц импульсы постепенно поступают в мозг, импульсируя центральную нервную систему (ЦНС) и, тем самым, способствуют её развитию.

Движения делают лучше функции сердечно-сосудистой и дыхательной систем; укрепляют опорно-двигательный аппарат; налаживают деятельность нервной системы и многих других физиологических процессов.

Активные движения, особенно циклические, делают глубже дыхание; улучшают легочную вентиляцию. Активные движения увеличивают устойчивость ребёнка к заболеваниям, мобилизуют защитные силы организма; увеличивают деятельность лейкоцитов. И, напротив, дефицит движений приводит к изменениям в центральной нервной системе, следствием которых могут быть: эмоциональная напряженность к неустойчивости; сбой обмена веществ в организме; уменьшение функциональных возможностей сердечно-сосудистой, дыхательной систем и, в результате происходит понижение трудоспособности организма.

Движения приводят в тонус центральную нервную систему детей. Во время движений активизируются нервные клетки коры головного мозга; увеличивается обмен веществ; становится сильнее выделение гипофизом гормона роста.

Медицинская наука утверждает, что ребёнок не может вырасти здоровым без движений. Движение выступает в роли профилактического средства, так как использование активного двигательного режима предупреждает различные заболевания (сердечно-сосудистая, дыхательная, нервная системы). Вместе с тем, движение используется и как эффективное лечебное и коррекционное средство [3, с. 59]

Психологи и педагоги утверждают, что развитие личности осуществляется в процессе деятельности, а ведущей деятельностью ребёнка является игра. Основой игровой деятельности являются, прежде всего, движения (манипуляция игрушками, предметами окружающей среды).

Большая польза заключается в подвижных играх за счёт создания таких ситуаций, которые усиливают взаимную зависимость детей друг от друга и позволяют переносить игровую ситуацию на другие виды деятельности, в обычную повседневную жизнь. Подвижные игры учат умению преодолевать препятствия; самостоятельно подбирать, каким способом он будет действовать в тех реальных условиях, которые сложились в действительности [2, с. 364].

Педагогическая наука отмечает, что движения – это важное средство не только развития, но и воспитания ребёнка, которые способствуют формированию его как личности. В движениях просматриваются первостепенные ростки целеустремлённости, смелости, выдержки, решительности, выносливости, настойчивости маленького ребёнка, которые в будущем будут формой проявления этих и других важнейших качеств личности. Игры с движениями и правилами учат ребёнка навыкам человеческого общения; приобретению опыта социального поведения [4, с. 240].

Психологическая наука утверждает, что двигательная активность развивает у детей умственные способности, восприятие, мышление, внимание, пространственные и временные представления. Развитие психики и интеллекта невозможны без двигательной активности. Двигательная

активность способствует улучшению в организме синтеза биологически активных соединений, которые благотворно влияют на сон; оказывают благоприятное влияние на настроение детей и на их умственную и физическую работоспособность. Двигательная активность делает насыщеннее эмоциональное состояние детей; они испытывают чувство радости, воспринимают красоту совместных дружных действий.

Таким образом, движения, двигательная активность, как это свидетельствуют высказывания учёных различных направлений педагогической, психологической и медицинских наук, – это не только фундамент настоящего и будущего здоровья и физического развития ребёнка, но и представляют собой условие и средство его общего и психического развития, формирования его как личности.

Двигательная активность – природная физическая и специально организованная двигательная деятельность ребёнка, которая является основой его успешного физического, психического и социального развития.

Список использованных источников:

1. Дудьев, В.П. Психомоторика: норма и патология: учебное пособие / В.П. Дудьев. Барнаул: АлтГПА, 2012. 337 с.
2. Ермилова, Е.Я. Роль двигательной активности в формировании личности детей дошкольного возраста / Е. Я. Ермилова. // Молодой учёный, 2013. № 9 (56). С. 363-365.
3. Кряжев, В.Д. Двигательные возможности человека: методологические аспекты развития, сохранения и восстановления /В.Д. Кряжев // Дошкольное воспитание, 2017. № 1. С.58-61.
4. Петухов, Д.В. О роли и значении становления двигательных функций и физических качеств в психофизическом развитии детей и подростков / Д.В. Петухов // Образование. Наука. Научные кадры, 2022. №1. С. 238-241.