

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №76 комбинированного вида Красносельского района города
Санкт - Петербурга

Статья : « ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ НА УМСТВЕННОЕ
РАЗВИТИЕ ДОШКОЛЬНИКОВ»

Составила: Воспитатель 1 кв.категории
Филимонова Ольга Юрьевна

2025-2026

Физическое воспитание для детей то же, что и фундамент для здания. Чем прочнее заложен фундамент, тем выше может быть возведена постройка; чем больше забот о физическом воспитании ребёнка, тем больше успехов он достигнет в общем развитии; в науке; в умении работать и быть полезным для общества человеком.

Ни в каком другом возрасте физическое воспитание не связано так тесно с общим воспитанием, как первые семь лет. В период дошкольного детства у ребёнка закладываются основы здоровья, долголетия, всесторонней двигательной подготовленности и гармоничного физического развития

Растить детей здоровыми, сильными, жизнерадостными - задача не только родителей, но и каждого дошкольного учреждения, так как дети в них проводят большую часть дня. В детских садах предусмотрены занятия по физической культуре, которые следует строить в соответствии с психологическими особенностями конкретного возраста, доступности и целесообразности упражнений. Комплексы упражнений должны быть увлекательными, а также должны предусматривать физиологическо-педагогические оправданные нагрузки, удовлетворяющие потребность ребёнка в движении.

Положительные эмоции, эмоциональная насыщенность занятий являются основными условиями при обучении детей движениям. Подражание - рождает эмоции, которые активизируют ребёнка.

Освоение движений хорошо влияет и на развитие речи ребёнка. Совершенствуется понимание речи взрослого, расширяется словарь активной речи. Вот почему справедливо отмечал выдающийся советский педагог В.А. Сухомлинский: "Я не боюсь еще раз повторить: забота о здоровье - это важнейший труд воспитателя". Поэтому крайне важно правильно поставить физическое воспитание именно в этом возрасте, что позволит организму малыша накопить силы и обеспечить в будущем не только полноценное физическое, но и умственное развитие.

На современном этапе проблема развития умственных способностей дошкольников в процессе физического воспитания приобретает особую значимость, так как по-новому осмысливаются содержание, формы, методы умственного и физического воспитания детей в условиях дошкольного учреждения. Актуальность данной темы была определена по следующим параметрам:

- во-первых, на фоне социально-экономических преобразований России изменяются представления о детстве, которое рассматривается теперь как самоценный период человеческой жизни;

- во-вторых, в настоящее время дошкольное образование ориентирует педагога в процессе воспитания на необходимость раннего обучения, которое обосновывается «Конвенцией о правах ребёнка», а также данными научных выводов о возможностях развития ребёнка раннего возраста, что может помочь обеспечить плавный переход ребенка в начальную школу;

- в-третьих, физическое воспитание предусматривает развитие у детей в процессе различных видов деятельности - внимания, восприятия, мышления, а также способов умственной деятельности (умение элементарно сравнивать, анализировать, обобщать, устанавливать простейшие причинно-следственные связи и др.).

К средствам умственного воспитания относят специально организованные проблемные ситуации в процессе занятий физическими упражнениями, разрешение которых требует умственных действий (приём и переработка информации, анализ, принятие решения и т.п.).

К методам умственного воспитания относятся опрос по преподаваемому материалу; наблюдение и сравнение; анализ и обобщение изучаемого материала; критическую оценку и анализ двигательных действий.

Физические упражнения оказывают прямое и опосредованное влияние на умственное развитие детей в процессе физкультурных занятий

Умственное развитие определяется интеллектом, интеллектуальными способностями. В широком смысле интеллект - это совокупность всех познавательных функций индивида: от ощущения и восприятия до мышления и воображения; в более же узком смысле - это мышление. Интеллект является основной формой познания действительности.

Одним из факторов интеллектуального развития является двигательная активность, в результате двигательной деятельности улучшается мозговое кровообращение, активизируются психические процессы, улучшается функциональное состояние центральной нервной системы,

повышается умственная работоспособность человека. Достижения в сфере интеллекта и креативности в значительной мере связаны с уровнем развития психомоторной сферы ребёнка . В специальных исследованиях зафиксированы факты, свидетельствующие о том, что дети, более развитые в физическом отношении, получают более высокие оценки в учёбе. Дети, занимающиеся в спортивных секциях, имеют лучшие показатели умственной работоспособности.

Физические упражнения создают возможности для успешного протекания всех психических процессов, т.е. требуют внимания, наблюдательности, сообразительности. Разнообразие движений, богатство координации повышают пластичность нервной системы. Так, имеются многочисленные данные о том, что под влиянием физических упражнений увеличивается объем памяти, повышается устойчивость внимания, ускоряется решение элементарных интеллектуальных задач, убыстряются зрительно - двигательные реакции .

Бойко В. В. пишет, что за период дошкольного детства в умственном развитии ребёнка происходят глобальные изменения: от не расчленённого восприятия предметов, к умению пользоваться самостоятельно приобретёнными знаниями, навыками.

Под воздействием физических упражнений у детей дошкольного возраста эффективней происходит формирование различных видов мышления:

- 1) Наглядно - действенное мышление.

- 2) Наглядно - образное мышление

- 3) Словесно - логическое мышление начинает формироваться у детей старшего дошкольного возраста. Оно предполагает развитие умения оперировать словами, понимать логику рассуждений. Рассуждать значит связывать между собой разные знания для того, чтобы получить ответ на стоящий вопрос, решить мыслительную задачу.

Двигательная активность стимулирует перцептивные, мнемические и интеллектуальные процессы. Дети, имеющие большой объём двигательной активности в режиме дня характеризуются средним и высоким уровнем физического развития, адекватными показателями состояния центральной нервной системы, вследствие чего, у ребёнка улучшается память, и все мыслительные процессы которые определяют интеллект .