**Развитие интеллекта дошкольника через развитие его двигательной активности.**

«Чтобы сделать ребёнка умным и рассудительным,

сделайте его крепким и здоровым.

Пусть он бегает, работает, действует –

пусть он находится в постоянном движении».

Ж. -Ж. Руссо

Академик Н.Н. Амосов назвал движения ***«первичным стимулом»*** для ума ребёнка. Двигаясь, ребенок познает окружающий мир, учится любить его и целенаправленно действовать в нем. Он доказал экспериментально, что от развития моторики пальцев рук зависят навыки логического мышления, его скорость и результативность. Неразвитость моторной сферы ребёнка затрудняет его общение с другими людьми, лишает его уверенности.

Разнообразные движения, особенно если они связаны с работой рук, оказывают положительное влияние на развитие речи.

Ребёнок 21 века, по мнению академика Н.М. Амосова, сталкивается с тремя пороками цивилизации: накапливанием отрицательных эмоций без физической разрядки, неправильным питанием и гиподинамией.

В результате чего внутренние органы в своём развитии отстают от роста, поэтому возникают различные заболевания и отклонения.

**Исследования Н. М. Щеловановой и М. Ю. Кистяковскойпоказывают что:**

чем разнообразнее движения, которые выполняет ребенок, чем богаче его двигательный опыт, тем больше поступает информации в его мозг, а всё это способствует более интенсивному интеллектуальному развитию малыша.

Для повышения интеллектуальной активности необходимо использовать физические нагрузки систематически. Они улучшают протекание мыслительных процессов, увеличивают объем памяти, развивают умение переключаться с одной деятельности на другую, фокусировать внимание.

Необходимо подчеркнуть, что приобретение ребёнком огромного количества двигательных умений и навыков, может быть достигнуто только при целенаправленном грамотно организованном двигательном режиме.

Самый высокий коэффициент интеллекта был выявлен у детей, занимающихся физическими упражнениями 4-5 часов в неделю.

Нельзя развивать детскую способность двигаться без того, чтобы в той или иной степени не развивать зрительные, мануальные, слуховые, тактильные и языковые навыки.

Существует шесть функций, благодаря которым человек выделяется среди всех других созданий. Все они – продукт коры головного мозга.

Три из этих функций по своей природе являются моторными и полностью зависят от трех других — сенсорных. Шесть человеческих функций отличны одна от другой. Однако, они полностью взаимосвязаны. Чем лучше развиты эти навыки, тем больше успехов у детей.

1. Двигательные навыки *(ходьба, бег, прыжки)*.
2. Языковых навыков *(разговор)*.
3. Мануальных навыков *(письмо)*.
4. Визуальных навыков *(чтение и наблюдение)*.
5. Слуховых навыков *(прослушивание и понимание)*.
6. Тактильных навыков *(ощущение и понимание)*.

Чем более развиты физически дети, тем выше их уровень общего развития, включая и интеллектуальное. Но стоит отметить, что более 60% детей физически малоактивны.

В связи с этим возникает необходимость совершенствования двигательного опыта детей, который будет способствовать максимальному развитию каждого ребёнка, мобилизации его активности и самостоятельности.

В зависимости от степени подвижности детей можно распределить на три основных подгруппы: высокая, средняя, низкая подвижность.

Дети средней подвижности отличаются наиболее ровным и спокойным поведением, равномерной подвижностью в течение всего дня. Движения их обычно уверенные, чёткие, целенаправленные, осознанные. Они любознательные, рассудительные.

Дети высокой подвижности отличаются неуравновешенным поведением, чаще других попадают в конфликтные ситуации. По моим наблюдениям из-за чрезмерной подвижности эти дети не успевают вникнуть в суть деятельности, в результате чего у них отмечается ***«малая степень её осознанности»***. Из видов движений они выбирают бег, прыжки, избегают движений, требующих точности, сдержанности. Движения их быстры, резки, часто бесцельны. Основное внимание в развитии двигательной активности детей большой подвижности следует уделять воспитанию целенаправленности, управляемости движениями, совершенствованию умений заниматься более или менее спокойными видами движений.

Дети малой подвижности часто вялы, пассивны, быстро устают. Объём двигательной активности у них невелик. Они стараются уйти в сторону, чтобы никому не мешать, выбирают деятельность, не требующую большого пространства и движений. У малоподвижных детей необходимо воспитывать интерес к движениям, потребность в подвижных видах деятельности. Особое внимание уделять развитию двигательных умений и навыков.

Движение, даже самое простое, дает пищу для детской фантазии, развивает творчество. Основное средство его формирования – эмоционально окрашенная двигательная активность, с помощью которой через движения тела дети учатся выражать свои эмоции.

Особую значимость в формировании двигательного творчества дошкольников имеют игровые двигательные задания, подвижные игры, физкультурные развлечения, которые всегда интересны детям. Они обладают большим эмоциональным зарядом, отличаются вариативностью составных компонентов, дают возможность быстро осуществлять решение двигательных задач.

Дети учатся придумывать двигательное содержание к предложенному сюжету, самостоятельно обогащать и развивать игровые действия, создавать новые сюжетные линии, новые формы движения. Это исключает привычку механического повторения упражнений, активирует в доступных пределах творческую деятельность по самостоятельному осмыслению и успешному применению знакомых движений в нестандартных условиях.

В ходе обучения двигательным действиям происходит развитие познавательных, волевых и эмоциональных сил ребенка и формирование его практических двигательных навыков. А значит, обучение движениям оказывают целенаправленное влияние на внутренний мир ребенка, его чувства, мысли, постепенно складывающиеся взгляды, нравственные качества.

Физический интеллект *(или телесное мышление)* – это работа мозгового комплекса, под контролем которого находится любая физическая деятельность, как внешняя, так и внутренняя.

**Ученые выяснили, что сознанию человека необходимо около 0,4 сек. для того, чтобы зафиксировать новое явление. Тогда как тело может дать оценку ситуации и среагировать за 0,1 сек. Таким образом, если уделять должное внимание развитию физического интеллекта, то можно обрести некоторые способности:**

1. Способность быстро ориентироваться в непредвиденных ситуациях.
2. Способность к овладению физическими навыками, причем, почти не совершая ошибок.
3. Выносливость и способность работать дольше, быстро переключать и фокусировать свое внимание с одного действия на другое.
4. Возможность легко перенести стрессовую ситуацию или заболевание.
5. Развить и использовать язык тела, который передает большую часть информации в общении.
6. Увеличить продуктивность любой деятельности без особых энергетических затрат.

**Таким образом, можно вывести такую формулу:**

Движение + Движения = Основа основ

Фундамент настоящего и будущего здоровья детей,

их гармонического физического развития Важнейшие условие и средство общего развития ребенка, формирование его интеллекта и психики, способностей, жизненной активности Физического, умственного, нравственного, эстетического и трудового воспитания

Специальными экспериментами было доказано, что ограничение свободы действия детей, выраженное в самых разных формах — ограничении двигательной активности или в постоянных "нельзя", "не лезь туда", "не тронь", — способно серьезно помешать развитию детской любознательности, ведь все это сдерживает порывы ребенка к исследованиям и, следовательно, ограничивает возможность самостоятельного, творческого изучения и осмысления происходящего. Это запрет на развитие всех мыслительных процессов