***ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ НА УМСТВЕННОЕ РАЗВИТИЕ ДОШКОЛЬНИКОВ***

Физическое воспитание - фундамент общего развития дошкольника; физического и умственного, а так же умения работать и быть полезным для общества человеком.

Первые семь лет жизни ребенка физическое воспитание очень тесно связано с общим воспитанием. В дошкольном возрасте у ребенка закладываются основы здоровья, долголетия, всесторонней двигательной подготовленности и гармоничного физического развития.

Задача каждого родителя и каждого дошкольного учреждения, чтобы дети росли здоровыми, сильными, жизнерадостными. В детских садах предусмотрены занятия по физической культуре, которые строятся в соответствии с психологическими особенностями конкретного возраста, доступности и целесообразности упражнений. Комплексы упражнений должны быть увлекательными, а также должны предусматривать физиолого-педагогические оправданные нагрузки, удовлетворяющие потребность ребенка в движении.

Положительные эмоции, эмоциональная насыщенность занятий являются основными условиями при обучении детей движениям. Подражание - рождает эмоции, которые активизируют ребенка. Освоение движений хорошо влияет и на развитие речи ребенка. Совершенствуется понимание речи взрослого, расширяется словарь активной речи.

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.

К средствам умственного воспитания относят специально организованные проблемные ситуации в процессе занятий физическими упражнениями, разрешение которых требует умственных действий (прием 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 ребенка.

В специальных исследованиях зафиксированы факты, свидетельствующие о том, что дети, более развитые в физическом отношении, получают более высокие оценки в учебе. 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.

По многочисленным данным - под влиянием физических упражнений увеличивается объем памяти, повышается устойчивость внимания, ускоряется решение элементарных интеллектуальных задач, убыстряются зрительно-двигательные реакции .

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 ребенка улучшается память, и все мыслительные процессы которые определяют интеллект.

 Подготовила Ахтямова О.В.