**Влияние развития координационных способностей дошкольника на интеллектуальное развитие ребенка.**

Неслучайно говорят, что ребенок, который имеет высокие результаты в координационном развитии  – умный ребенок. Повышая координационные способности дошкольников, педагог улучшает их умственные возможности и эмоциональную стабильность. Изучение научно-методической литературы по этой теме и собственный многолетний опыт позволяет выявить положительную динамику влияния координации движений на когнитивные способности воспитанников. Например, специально подобранные игры не только способствуют развитию не только чувства равновесия, крупной и мелкой моторики, ориентации в окружающем пространстве, но и формируют предпосылки для успешного становления навыков чтения, письма, улучшают слух, память, скорость реакции, развивают мозг, помогают справиться со стрессом, тревожностью и дарят детям радость. Игры разной степени подвижности, с усложнением и без, с предметами и без них развивают не только общую координацию, ловкость воспитанников, но и интеллектуальные способности. Чем раньше начнет развиваться координация движений, тем успешнее будет формироваться интеллект дошкольника. Развивать координационные способности, незаметно для ребенка, можно только в игре.

Ведущий принцип дошкольного детства - игровая деятельность. Игра всесторонне развивает ребенка, помогает приобрести жизненный опыт и оказаться готовым к жизни. Игровой характер деятельности с использованием различных сигнальных раздражителей, требующих срочной перемены действий (изменение скорости выполнения, например бега, прыжков по звуковому или зрительному сигналу) – залог успешных результатов работы с детьми по развитию координационных способностей, и как следствие, успешной работы мозга. Специально подобранные игры не только способствуют развитию не только чувства равновесия, крупной и мелкой моторики, ориентации в окружающем пространстве, но и формируют предпосылки для успешного становления навыков чтения, письма, улучшают слух, память, скорость реакции, развивают мозг, помогают справиться со стрессом и тревожностью и дарят детям радость.

Пол Деннисон разработал направление, позднее получившего наименование «образовательной кинезиологии» -   взаимозависимости между физическим развитием, овладением речью и успеваемостью. Он доказал, что целенаправленное развитие координации движений - основа оптимальной жизни и успешного обучения ребенка. Физические упражнения, применяемые в процессе развития координационных способностей, приводят к интеллектуальным достижениям и способствуют успехам одновременно в обучении, других жизненных начинаниях, спорте в будущем. Все упражнения на координацию движений способствуют постепенному усвоению новых движений и сенсорных навыков в соответствии с индивидуальными потребностями ребенка. Например, выполнение игрового задания по сохранению равновесия на неустойчивой опоре (балансире) направлено не только на формирование правильного мышечного корсета при напряжении мышц всего тела (особенно мышц спины), но и на тренировку вестибулярного аппарата. Иннервация от вестибулярного аппарата активизирует 1 зону головного мозга, при этом улучшается скорость обработки поступающей информации. Помимо этого, работа икроножных мышц при удержании устойчивого равновесия на балансире, положительно отражается на работе центра, отвечающего за творческую сторону развития речи. Это объясняется тем, что в коре головного мозга эти два центра находятся рядом. Это подтверждает теорию о том, что процесс познания основывается на физических навыках, получаемых в процессе целенаправленного развития координационных способностей ребенка.

Развитие координационных качеств важно для развития интеллекта дошкольника еще и потому, что специально подобранные игры и игровые упражнения обеспечивают поступление в головной мозг максимальное количество нервных импульсов. Физическая активность ребенка изначально формируется на основе мышечно-тонических процессов, обеспечиваемых системами мозговой активации. Впоследствии, движения дошкольника способны активизировать работу головного мозга, за счет огромного количества нервных импульсов, поступающих от мышц тела, рецепторов, анализаторов ребенка. Дефицит нервных импульсов прогрессирует у современных детей, проявляясь в нарушении внимания, импульсивности, двигательной расторможенности, быстрой утомляемости, слабости процессов памяти, конфликтности, замкнутости. Постепенно у ребенка возрастает сила нервных процессов: сила, уравновешенность и подвижность. Но нервные процессы у ребенка еще далеки от совершенства. Преобладает процесс возбуждения. Развитие координационных способностейстабилизирует процесс возбуждения.

Игры, направленные на развитие координации движений, не только способствуют развитию чувства равновесия, крупной и мелкой моторики, ориентации в окружающем пространстве, но и формируют предпосылки для успешного становления навыков чтения, письма, улучшают слух, память, скорость реакции, развивают мозг, помогают справиться со стрессом и тревожностью и дарят детям радость.

**Примеры игр с усложнениями, направленные на развитие координационных способностей.**

**«Генерал и солдаты»**

Правила игры. Дети встают небольшим плотным кругом рядом с педагогом, становясь солдатами. Педагог (генерал) держит в руках палку (1 конец палки упирается в пол, 2 обращен в потолок). Генерал называет имя солдата - ребенка, кому нужно поймать палку (встать в дозор) и отпускает палку. Названный ребенок старается схватить «ружье» - палку до того, как она упадет на пол.

Атрибуты: Гимнастическая палка 70 см, массажные квадраты.

Усложнения:

- Дети стоят на массажных квадратах;

- дети, стоя на коленях;

- роль генерала выполняет ребенок.

**«Цапли и охотники»**

Правила игры. Водящий становится охотником и ждет сигнала педагога. Остальные дети превращаются в цапель, импровизируя их ходьбу по болоту в движениях по залу. На сигнал педагога «Охотник!» дети должны замереть на месте. Охотник ходит между цаплями и наблюдает, шевелятся ли цапли. Тот, кто не смог замереть, выбывает из игры.

Усложнения:

- Дети замирают, стоя на 1 ноге;

- дети замирают, стоя на массажном квадрате.

**«Фантазёры»**

Правила игры. Игроки шагают в колонне по одному, педагог громко называет любой предмет, животное, растение (лодка, волк, стул). Дети останавливаются и «застывают». В позе, мимике, жестах дети стараются передать то, что назвал педагог. Отмечается самый интересный образ.

Усложнения:

- Каждый игрок старается придумать свою фигуру;

- игроки «застывают» на ограниченной площади опоры.

**«Воротца»**

Правила игры. Игроки шагают по площадке в колонне по два. По команде «Стоп!» останавливаются, поднимают сцепленные руки вверх, образуя воротца. Первая пара поворачивается кругом, пробегает под воротцами, становится последней, говоря «Готово!». По этому сигналу дети опускают руки и продолжают ходьбу.

Усложнения:

- Игру можно усложнить, изменив направление движения колонны;

- сигналом остановки служит остановка музыки, звучавшей при ходьбе.

Развитие *координации движений* помогает сложнейшему процессу формирования нервной системы, мозга ребенка. Общая *координация* помогает дошкольнику согласовать работу всех частей тела при решении различных двигательных задач. В реальной двигательной деятельности координация движений выступает как целостный психомоторный процесс, в котором тесно переплетены различные компоненты: интеллектуальные (программирующие и смысловые стороны), сенсорные, сенсомоторные и моторные (исполнительские, физические). Чем более координирован дошкольник, тем лучше его двигательные стереотипы. При правильном подборе игровых упражнений у ребенка можно выработать множество оптимальных двигательных стереотипов. Это облегчает реагирование на окружающие внешние условия, повышает работоспособность нервных клеток. Готовые формулы движения, запас их фиксируются в основном в теменных долях коры больших полушарий головного мозга. Ребенок с развитыми координационными способностями гораздо легче и успешнее справляется с обучением, посильной работой дома и на дачном участке, повышая при этом самооценку, уверенность в своих силах.

Развитие координации движений через игровую деятельность ребенка, влияет на развитие произвольность любой его деятельности, памяти и других психических функции. Одновременно с этим, любая моторная игра сопровождается разнообразными сильными эмоциями и переживаниями, которые ребенок учится интегрировать в структуру собственной личности.

И. М. Сеченов отмечал благотворное значение мышечных движений на развитие мозга ребенка, а П. Ф. Лесгафт доказал, что с помощью специально направленных физических упражнений улучшается способность управлять собой, своим телом и движениями, а также повышаются умственные возможности детей. Особенно эффективны упражнения с предметами. Почти все они содействуют развитию у координационных способностей дошкольников, положительно влияют на усвоение разнообразных навыков (письмо, рисование, резьба, лепка, конструирование и т. д.) и стимулируют умственную активность детей. Уже первые попытки ребенка ловить и передавать мяч требуют от него большой координации движений. Среди упражнений с предметами наибольшая роль принадлежит, упражнениям с большими и малыми мячами, система которых от легких к более трудным составляет своеобразную школу мяча, основы которой заложил выдающийся специалист в области физического воспитания детей П. Ф. Лесгафт. Упражнений и комбинаций с предметами может быть неограниченное количество. Почти все они содействуют развитию координационных способностей у дошкольников, а значит, положительно влияют на усвоение разнообразных навыков (письмо, рисование, резьба, лепка, конструирование и т. д.) и стимулируют умственную активность детей. Уже первые попытки ребенка ловить и передавать мяч требуют от него большой координации движений. Среди упражнений с предметами наибольшая роль принадлежит, пожалуй, упражнениям с большими и малыми мячами, система которых от более легких к более трудным составляет как бы своеобразную школу мяча, основы которой заложил выдающийся специалист в области физического воспитания детей П. Ф. Лесгафт.

**Примеры игр с мячом с усложнениями, направленные на развитие координационных способностей.**

**«Лови мяч по правилу»**

Правила игры. Ребята встают в круг, договариваясь в каком случае нужно ловить мяч. Например, если названо животное, то мяч необходимо поймать. Дети по очереди бросают мяч друг другу, называя животных перед броском мяча. Если же названо что-то другое (не животное), то мяч нужно отбить. Ребенок, не поймавший мяч, остается в игре, опускаясь на 1 колено. Он ловит или отбивает мяч в этом положении. Игра продолжается.

Атрибуты: Мяч, подушка - антистресс, массажные квадраты.

Усложнения:

- Дети стоят на массажных квадратах, ловят мяч, не сходя с них;

- вместо мяча бросать игрушку-антистресс;

- дети бросают мяч друг другу из разных исходных положений (стоя на коленях, сесть ноги скрестно и т.д.);

- называть птиц, растения, мебель и т.д.

**«Ловишки с мячом»**

Правила игры. Игроки двигаются в свободном направлении. По сигналу водящий старается, не сходя с места, попасть в убегающих мячами, бросая их поочередно. Дети, в которых водящий попал мячом, отходят в сторону.

Атрибуты: Мячи резиновые разного диаметра (20-25 см), островки, плоские обручи, конусы.

Усложнения:

- Ловишек может быть несколько;

- убегающие могут спрятаться на островке безопасности и отдохнуть;

- игра проходит на площадке с препятствиями;

- если игра проводится зимой на улице, мячи заменяют снежками.

**«День и ночь с мячом»**

Правила игры. Дети берут мячи и на сигнал педагога: «день» двигаются по залу врассыпную с мячом над головой, «ночь» - встают внутрь каната, лежащего по кругу в центре зала (возвращаются в дом).

Атрибуты: Конусы, мячи по количеству детей, канат

Усложнения:

- Дети двигаются в быстром темпе;

- дети двигаются по залу между конусами;

- дети, вернувшись в «дом», убирают мяч за голову (локти в стороны), имитируя уход солнца за горизонт.

Манипулятивные действия с предметами не только укрепляют крупные мышцы рук и мелкие мышцы кисти, но и развивают речь ребенка.   «Ум ребёнка находится на кончиках его пальцев», как говорил В. Сухомлинский.

Исторически сложилось так, что развитие функций речи и руки у человека шло параллельно, и первой формой общения людей друг с другом были жесты. В настоящее время учеными установлено, что уровень развития речи детей находится в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений пальцев рук (М. М. Кольцова), и совершенствование речи непосредственно зависит от степени тренировки рук дошкольников. Эта зависимость обусловлена тем, что в коре головного мозга зона, отвечающая за развитие тонких движений кисти руки, и речевая моторная зона расположены очень близко друг от друга. На протяжении всего дошкольного детства четко прослеживается, как по мере совершенствования тонких движений пальцев рук идет развитие речевой функции. По результатам проведенных исследований с участием большого количества детей была выявлена следующая закономерность: если развитие движений пальцев соответствует возрасту, то речевое развитие находится в пределах нормы. Если же развитие движений пальцев отстает, то задерживается и речевое развитие. На основе этой закономерности можно сделать вывод, что, развивая пальцы рук у ребенка, можно стимулировать его речевое развитие.

Мелкая моторика рук развивает у детей внимание, мышление, воображение, наблюдательность, память и речь. При этом важна зрительно-двигательная координация - *«рука-глаз»,*поскольку полноценное развитие мелких движений рук обычно происходит под контролем зрения. Чем лучше ребенок будет работать пальчиками, тем быстрее он будет развиваться, лучше будет говорить и думать. Кроме того, развитие мелкой моторики является важным показателем готовности ребенка к школе. Поэтому важнее не учить его писать, а создавать условия для развития мелких мышц рук.

**Игры, направленные на развитие мелкой моторики.**

**«Бирюльки»**

Правила игры. Мелкие предметы высыпают горкой на любую поверхность. Задача игроков — по очереди вытаскивать по одному предмету (бирюльке), стараясь не потревожить соседние. Выигрывает тот, кто к концу игры вытащит больше всего предметов.

Атрибуты: мелкие предметы (колпачки от ручек, сухие крупные макаронные изделия, мелкий конструктор и т.д.)

Усложнения:

- Дети играют лежа на полу, при этом стараться не отрывать живот от пола;

- дети берут предметы только левой рукой.

**«Бумажный бой»**

Правила игры. Дети двигаются врассыпную между сложенными на полу в центе салфетками. По сигналу дети подбегают к лежащим салфеткам, комкают их ладонями так, чтобы получились небольшие снежки. Снежком нужно пытаться попасть в цель с того места, где сделал снежок.

Атрибуты: Одинаковые салфетки, салфетки разных цветов, пластиковая корзина

Усложнения:

-Дети стараются во время движения не наступать ногами на салфетки;

- салфетки лежат по залу произвольно;

- выбрать мишень и стараться попасть в неё снежками;

- дети встают в линии напротив и кидают снежки друг в друга. От снежков нужно уворачиваться.

**«Колобок и медведь»**

Правила игры. Дети встают в круг так, чтобы между ними был интервал (30-40 см). Один ребенок получает «колобок» - желтый шарик, через одного ребенка третий игрок получает большой мяч – «медведь». По сигналу дети начинают передавать шарик и мяч в одну сторону, так, чтобы «колобок» убежал как можно дальше от «медведя». Игра заканчивается, если один из предметов падает или «медведь» догоняет «колобка».

Атрибуты: «Колобок»- шарик, массажный мяч. «Медведь»- футбольный, баскетбольный, большой фито-мяч без «ручек».

Усложнения:

\*Дети играют с двумя, тремя «колобками»;

\*Дети играют с двумя, тремя «медведями»;

\*Дети садятся в круг, подогнув ноги под себя; \* Дети садятся в круг ноги скрестно;

\*Если в игре фито-мяч, то он катится по полу, а маленький мяч передается.

Развитие координационных способностей помогает развитию монологической речи, пересказам ребенка и спонтанным рассказам. Общая координированность формирует базу для осознанности речи, побуждая ребенка излагать свою мысль понятным для восприятия способом. Но детям с отклонениями в развитии бывает трудно сопровождать словами игровые действия или воспринимать только словесные указания, объяснения в процессе выполнения двигательных действий. Поэтому координационные способности могут минимизировать нарушения в речевом развитии ребенка.

*Координационные способности* – это возможности индивида, определяющие его готовность к оптимальному управлению и регулировке двигательного действия. Поэтому координированный ребенок более успешен в интеллектуальной сфере деятельности, равно как и во всех других. Чем раньше начнется целенаправленная работа с дошкольником по развитию координационных способностей, тем успешнее он раскроется в интеллектуальной сфере деятельности.

Литература

В.И. Лях «Развитие координационных способностей у дошкольников» Издательство «Спорт» 2016 г.

П. Г. Деннисон «Гимнастика для мозга». Книга для учителей и родителей. Издательство: «Весь», 2019 г.