**О ЕДИНСТВЕ ОРГАНИЗМА И ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ.**

С первых мгновений появления на свет ребенок приспосабливается к внеутробному существованию. Он осваивает основные законы жизни. Взаимодействуя с внешней средой, ребенок постепенно приобретает способность к гармонии с ней, и это рассматривается И.П.Павловым как основной закон жизни.
Учитывая потенциальные возможности ребенка, взрослые оказывают воспитательное воздействие на него. Это прежде всего выражается в заботе о физическом здоровье малыша, его духовном, интеллектуальном, нравственном и эстетическом развитии.
Способы индивидуального приобщения ребенка к жизни ох
ватывают естественные и выработанные специально в системе
воспитания средства психофизического развития. Они направле
ны на всестороннее расширение функциональных возможностей
организма.                  ,.
С целью повышения устойчивости организма к быстро меняющейся внешней среде система физического воспитания ребенка предусматривает научно обоснованный режим закаливания, формирование двигательных навыков, которые выражаются в разнообразных формах организации двигательной деятельности: утренней гимнастики, занятиях, подвижных играх и спортивных упражнениях. При этом учитываются и погодные условия. Солнце, воздух и вода используются для повышения жизнестойкости организма. Закаливание и физические упражнения расширяют функциональные возможности организма ребенка, оказывают тренирующее воздействие на развитие мозга, высшей нервной деятельности, опорно-двигательного аппарата и личностных качеств, способствуя индивидуальному приспособлению к внешней среде, помогая общению со сверстниками и взрослыми людьми.
Условием нормального развития организма является двигательная активность. Именно двигательная активность как основа жизнеобеспечения детского организма оказывает воздействие на рост и развитие нервно-психического состояния, функциональные возможности и работоспособность ребенка.
Во время мышечной работы активизируется не только исполнительный (нервно-мышечный) аппарат, но и механизм мотор-но-висцеральных рефлексов (т.е. рефлексов с мышц на внутренние органы) работы внутренних органов, нервная и гуморальная регуляция (координация физиологических и биохимических процессов в организме). Поэтому снижение двигательной активности ухудшает состояние организма в целом: страдают и нервно-мышечная система, и функции внутренних органов.
Двигательная активность зависит не только от индивидуальных особенностей ребенка, но и от организации социальных условий его пребывания: детского учреждения или родительского дома. Двигательный режим обеспечивается организацией различных форм двигательной деятельности.
В процессе воспитания формируется условная рефлекторная связь при взаимодействии первой и второй сигнальной систем. При этом второсигнальные раздражители оказывают влияние как на физиологические, так и на психологические процессы. Индивидуальному приспособлению ребенка к окружающей социальной среде способствуют различные навыки, привычки, режим жизни, культура поведения, осознанное отношение к окружающей жизни, гармоничное развитие его личности.
Человеческая индивидуальность проявляется с раннего детства. Многие основы этой индивидуальности определяются особенностями нервной системы, врожденными и унаследованными, возрастными и приобретенными. Поэтому верно говорят, что воспитание начинается с уважения к ребенку.
Огромную роль в развитии ребенка играют особенности его нервной системы. Именно изменениями в нервной системе обусловлено его духовное развитие. Л.С.Выготский подчеркивал, что развитие ребенка есть единый, но не однородный, целостный, но не гомогенный процесс.
Понимание сути структурно-функциональных изменений в «созревающей» нервной системе помогает разобраться во многих нервно-психических особенностях ребенка на разных этапах его развития. Знание возрастных закономерностей «работы» центральной нервной системы позволяет оценить возможности и резервы

нервно-психической активности ребенка и тем самым предупредить нервные перегрузки. Ориентация в принципах деятельности нервной системы помогает определить степень соответствия нервно-психического развития возрастным показателям, выявить отстающего ребенка и разобраться в причинах этого отставания. Не менее важно правильно выстраивать воспитательно-образовательный процесс с ребенком, который опережает средний уровень развития.
Таким образом, учитывая потенциальные возможности организма, органические предпосылки и особенности нервной системы, необходимо правильно организовать процесс физического воспитания. Исходя из врожденных особенностей нервной системы ребенка и роли внешних воздействий на ее формирование, обеспечивается оптимальный режим (полноценный сон, дозировка занятий, двигательная активность, время пребывания на воздухе, система закаливания).
Особое значение имеет микроклимат группы, эмоционально-положительная обстановка в ней, знание типологических особенностей каждого ребенка.
Определение особенностей нервной системы с целью отбора методов индивидуального руководства требует подробных сведений о ребенке от внутриутробного развития, с момента рождения до начала посещения дошкольного учреждения. Также важно выяснить состояние его здоровья, перенесенные болезни, с какого времени он начал держать головку, манипулировать рукой, ползать, ходить, говорить и т.д.; условия семейной обстановки, инте-|ресы, привязанности, любимые занятия ребенка. Физическое воспитание содержит неограниченные возможности для всестороннего развития ребенка. Оно помогает ему раскрыть свои двигательные способности, мобилизовать психические и физические силы. Именно благодаря физическим упражнениям, воздействующим на развитие мозга, эндокринной, дыхательной систем, значительно оздоравливается организм ребенка, формируются психофизические качества, культура чувств, нравственные и интеллектуальные особенности личности, культура жеста.
Физическая культура приводит его к телесной гармонии, воспитывает эстетическое чувство от ощущения телесного здоровья, без которого немыслим творческий процесс оздоровления организма. Физическая культура как творческая деятельность, не ограничиваясь самовыражением в сфере активной двигательной деятельности, в конечном счете содействует развитию мышления, воображения, желания придумать новое, а затем практически реализовать свой замысел.

Забота о физической культуре ребенка должна быть направлена на полное раскрытие индивидуальных физических и духовных сил, гармоничного развития и познания радости творчества.