**Двигательное развитие детей дошкольного возраста. Роль музыкального воспитания в двигательном развитии дошкольников.**

Двигательное развитие детей дошкольного возраста имеет огромное значение, так как дошкольный возраст – это очень важный этап в жизни человека. Как показывают исследования, в этот период проис­ходит функциональное совершенствование головного моз­га, нервной системы, основных органов и систем орга­низма.

В раннем возрасте ребенок не может развиваться правильно без достаточной физической активности. Установлено, что у двухлет­них детей на активные движения приходится 70% времени бодр­ствования, а у трехлетних — не менее 60%. Постепенно, по мере развития движения у детей приобретают большую законченность, определенную целесообразность и целенаправленность. Однако в коре головного мозга процессы иррадиации преобладают над про­цессами концентрации, поэтому движения детей отличаются не­точностью, некоординированностью».

Уже первый год жизни ребенка имеет важное значение в становлении двигательной функции. Успешность процесса определяется взаимодействием биологических и социальных факторов, которые со временем начинают играть все более существенную роль. Темп двигательного развития в основном определяется биологическими факторами, в то время как социальные могут тормозить или благоприятно влиять на весь его ход.

Как показывают исследования, за первые 7 лет жизни ребенок проходит гигантский путь развития, определяющимися факторами которого являются окружающая среда и воспитание. На развитие личности ребенка и его нервных процессов огромное влияние оказывает становление двигательных функций. Их созревание связано с деятельностью двигательного анализатора. Его развитие происходит на базе дистантных рецепторов – зрения и слуха, а также тактильно-мышечного анализатора и играет важнейшую роль в психофизическом развитии ребенка. В первые полгода жизни развитие движений характеризуется выраженностью безусловных рефлексов, на базе которых формируются условно-рефлекторные связи, совершенствующиеся всю жизнь.

Формирование двигательных навыков и развития основных физических качеств, таких как быстрота, ловкость, сила, выносливость, так же происходит не одновременно. Вначале ребенок осваивает ходьбу и другие двигательные акты, нужные для самообслуживания, а затем – бег и другие движения, необходимые для дальнейшей жизни .

Как же осуществляется двигательное развитие детей дошкольного возраста? «В три месяца ребенок, лежа на животе, может приподниматься и опираться на предплечья и локти, переворачиваться со спины на бок, менять положение своего тела, но движения носят импульсивный, беспорядочный и неосознанный характер. В шесть месяцев он может уже самостоятельно садиться, свободно переворачиваться с живота на спину, пытается ползать на четвереньках, играть с игрушками, перекладывать из одной руки в другую, размахивая ими» (Холодков 2002: 162).

Новорожденный ребенок беспомощен. Он не может даже подтянуться к источнику питания - материнской груди. А уже в 7-8 месяцев малыш активно ползает, может самостоятельно сесть и сохранить эту позу, занимаясь игрушкой. К году он самостоятельно ходит, приседает и выпрямляется без опоры, наклонившись, может поднять предмет. Ползает, подлезает и перелезает через различные предметы, играет с мячом: бросает, катает.

Окостенение опорно-двигательного аппарата у детей начинается с 2— 3 лет. Оно происходит постепенно в течение всего дошкольного детства. В этот период формируются изгибы в шейном, грудном, поясничном отделах позвоночника. Физиологическое развитие по­звоночника играет жизненно важную роль и влияет на формиро­вание правильной осанки, техники движений, состояние внут­ренних органов, дыхательную и нервную системы. S-образный из­гиб позвоночника предохраняет скелет от травм при выполнении физических упражнений.

В младшем дошкольном возрасте движения у малышей несовершенные, неточные, сознательное управление движениями еще ограничено. У детей этого возраста замедленная реакция. На третьем и четвертом году жизни заметно расширяется двигательный опыт ребенка и развивается произвольность управления движениями. К 3 годам формируется умение бросать и ловить мяч, бегать и прыгать с места, лазать по гимнастической лестнице. В этом возрасте дети способны последовательно выполнять несколько двигательных действий подряд, изменять направление движения и подчиняться заданному темпу.

С возрастом количество движений у детей увеличивается. Дети должны двигаться не менее 50—60% всего периода бодрствования. Интенсивность двигательной активности — среднее количество движений в минуту — составляет примерно 38—41 у детей 2 лет, 43—50 — 2,5 лет, 44—51 — 3 лет. Это значит, что разовая продолжительность движений очень мала — в среднем от несколь­ких секунд до 1,5 мин. Детям свойственна частая смена движений и поз — до 550—1000 раз в день, благодаря чему происходят по­очередное напряжение и отдых различных групп мышц, поэтому дети и не устают (Холодков 2003).

В среднем возрасте (4-5 лет) двигательная сфера ребенка характеризуется позитивными изменениями мелкой и крупной моторики. Развивается ловкость, координация движений, дети хорошо сохраняют равновесие, перешагивают через небольшие преграды, усложняются игры с мячом .

В этом возрасте движения ребенка становятся значительно богаче, разнообразнее, так как расширились возможности опорно-двигательного аппарата. Дети лучше ориентируются в пространстве. На пятом году жизни движения становятся точнее и энергичнее .

Как показывают исследования, в старшем дошкольном возрасте (6-7 лет) отмечается бурное развитие и перестройка в работе всех физиологических систем организма ребенка: нервной, сердечнососудистой, эндокринной, опорно-двигательной. Организм дошкольника развивается очень интенсивно. Ребенок быстро прибавляет в росте и весе, изменяются пропорции тела. На протяжении первых семи лет у него не только увеличиваются все внутренние органы, но и совершенствуются их функции.

На шестом и седьмом году жизни происходит качественный скачок в развитии движений, появляется выразительность, плавность и точность, дети лучше осваивают ритм. Успешно осваиваются прыжки в длину и высоту с разбега, прыжки со скакалкой, лазанье по шесту и канату, метание на дальность и в цель (Кожухова, 2002: 83).

По словам А.В. Запорожца, для всестороннего развития дошкольников чрезвычайно важно своевременно овладеть разнообразными движениями. Возможность стоять, сидеть, ходить, необычайно важна, т.к. «она приводит к значительному расширению сферы действительности, доступной для познания ребенка» (Запорожец 1964: 269).

Бег, прыжки, метания — те двигательные умения, которые ребенок должен освоить до школы. Насколько успешно он это сделает, зависит от ловкости, быстроты, силы и выносливости, т.е. от развития основных двигательных качеств. По уровню разви­тия этих качеств можно судить о физической подготовленности ребенка. Правильно оценивать ее необходимо для того, чтобы, умело направляя воспитательный процесс, своевременно вырабатывать у ребенка необходимые навыки.

Отмечается тесная взаимосвязь двигательной и эмоциональной сферы. Движения и вызываемые ими ощущения представляют для ребенка большую ценность, и является непрерывным источником радости. Особенно на ранних этапах онтогенеза, каждое выполненное движение сопровождается яркими эмоциями. По мнению М.М. Кольцовой, именно положительные эмоции, возникающие у ребенка при движении, являются стимулом к их повторению. Семимесячный ребенок, пытающийся встать на ноги, проявляет все признаки радостного оживления. Если в это время попытаться уложить ребенка и прекратить его движения, то он будет кричать, плакать и сопротивляться. Поэтому потребность ребенка в движении может рассматриваться как одна из основных, жизненно важных потребностей.

Интенсивная работа большого количества мышц при выпол­нении движений предъявляет высокие требования к основным функциональным системам организма и в то же время оказы­вает на них тренирующее влияние. Под воздействием движений улучшается функция сердечно - сосудистой и дыхательной сис­тем, укрепляется опорно-двигательный аппарат, регулируется деятельность нервной системы и ряда других физиологических процессов. При активных движениях, в особенности цикличе­ских, дыхание углубляется, улучшается легочная вентиляция. Использование основных движений в дозировке, доступной де­тям и соответствующей их возрастным возможностям, помогает повысить умственную и физическую работоспособность детей .

**Роль музыкального воспитания в двигательном развитии детей дошкольного возраста.**

Упоминание о целительном и коррекционно-развивающем воз­действии музыки уходит корнями в древние времена. Вид­нейшие ученые Пифагор, Аристотель, Платон указывали на ле­чебное и профилактическое воздействие музыки. Они считали, что музыка устанавливает пропорциональный порядок и гармо­нию во Вселенной, в том числе нарушенные в человеческом теле. Было замечено, что музыка, прежде всего ее основные компо­ненты — мелодия и ритм, изменяет настроение человека, пере­страивает его внутреннее состояние. В классической Греции музыка воспринималась как триедин­ство «мусических искусств» — поэзии, танца и собственно музы­ки, считавшейся одним из самых могущественных средств, воз­действующих на духовный мир человека. В античных источниках находится множество свидетельств, го­ ворящих о чудесах, произошедших от воздействия музыки. Вид­нейший врач древности Авиценна тысячи лет назад лечил музы­кой психические заболевания. А врач Асклепид звуками музыки усмирял раздоры и звуками трубы восстанавливал слух. Восприя­тие музыки, по мнению древних греков и римлян, способствова­ло процессу пищеварения. Целительное воздействие звучания оп­ределенных музыкальных инструментов отмечал Демокрит и ре­комендовал слушать флейту для исцеления при смертельных ин­фекциях. В работах древнегреческого философа Пифагора есть опи­сание того, каким образом музыка может влиять на эмоциональ­ное состояние человека, восстанавливать душевную гармонию. Известны суждения Платона, связанные с музыкотерапией. По его мнению, ритмы и лады воздействуют на мысль, делая ее со­образной им самим. Платон предлагал при лечении головной боли использовать лечебные травы, применение которых оказывало положительное воздействие при сопровождающем лечение магического характера (Медведева 2000).

Музыка является, по мнению многих исследователей - современников, самым эмоциональным по своей природе видом искусств, поскольку она обладает способностью непосредственно воплощать мир душевных переживаний человека, многообразную гамму его чувств и настроений.

Задачи музыкального воспитания в детском саду подчинены общей цели: всестороннего развития личности ребенка. Конечно же, в центре внимания педагога должна быть задача воспитания у детей интереса и любви к музыке. Но помимо этого музыкальные занятия важны тем, что через музыкальное воспитание происходит развитие музыкального слуха, голоса (простейшее интонирование); посредством музыкально–ритмических движений происходит развитие крупной моторики, координации движений и концентрации внимания. Исследования доказали, что у детей развиваются творческие способности, формируются двигательные навыки, корректируется речь в движении (проговаривание, подпевание, формирование речедвигательных навыков), вырабатывается слаженность действий в коллективе, развивается навык социального взаимодействия и совместной продуктивной деятельности, развивается мелкая и крупная моторика, развивается моторика пальцев, кистей рук .

Разновидностями музыкально - ритмических движений могут быть:

1. физические упражнения, сюжетно-образные линии.
2. Танцы, пляски, хороводы
   * Зафиксированные (те, которые имеют авторскую композицию движений)
   * Свободные (движения придумывают сами дети)
   * Характерные (танец Петрушки, Снеговика, Медвежонка)
   * Сюжетные (в движении передается содержание рассказа)
   * Парные (строятся на основе движений, ходьбы, бега)
   * Танцы с пением (помогают координировать пение с движением)
3. Музыкальные игры:
   * сюжетные инструментальные
   * несюжетные инструментальные
   * игры с пением (Радынова 1994: 113)

Музыкально – ритмические движения развивают мышечную силу, гибкость, выносливость, проприоцептивную чувствительность, скоростно-силовые и координационные способности; содействуют развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой; формируют навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений и тан­цев; развивают ручную умелость (Фирилева, Сайкина 2000: 3).

Ритмика является одним из видов музыкальной деятельности, в котором содержание музыки, ее характер, образы, передаются в движениях. Движения под музыку издавна применялись в воспитании детей (Древняя Индия, Китай, Греция). «Впервые рассмотрел ритмику и обосновал ее в качестве метода музыкального воспитания швейцарский композитор и педагог Эмиль Жак-Далькроз (1865-1950) Перед ритмикой он прежде всего ставил задачу развития музыкальных способностей, двигательное развитие, а так же развитие пластичности и выразительности движений» (Радынова 1994: 107).

По словам А.И. Бурениной, заслуга Э. Далькроза заключается прежде всего в том, что он видел в музыкально-ритмических упражнениях универсальное средство развития у детей музыкального слуха, памяти, внимания, выразительности движений, творческого воображения. По его мнению, "с первых лет жизни ребенка следовало бы начинать воспитание в нем "мышечного чувства", что, в свою очередь, способствует "более живой и успешной работе мозга". При этом Далькроз считал важным и то, как организован сам процесс занятий с детьми, который должен "приносить детям ра­дость, иначе он теряет половину своей цены" (Буренина 2000).

В детском саду вместо термина «ритмика» вначале пользовались терминами «ритмические движения», «музыкально-двигательное воспитание», «движение под музыку», «музыкальное движение», «музыкально-ритмические движения» (Радынова 1994).

Музыкально-ритмическое воспитание – это такой вид деятельности, который объединяет и физическое развитие, и развитие культуры движений, укрепление организма ребенка, формирование мышечного корсета, развитие координации движений, концентрации внимания, ловкости, уверенности в себе, развитие способностей к двигательному творчеству.

Благодаря музыкальной ритмике дети учатся выполнять основные и гимнастические движения, перестроения. Так же дошкольник способен освоить простейшие танцевальные движения: притопы, боковой и прямой галоп, попеременное выставление ноги на пятку и носок, шаг с приседанием, попеременный шаг, элементы народных и бальных танцев. Дети учатся передавать в движениях походку, повадки, характер разных животных и персонажей (Веракса 2010).

Необходимо отметить, что одним из важнейших средств развития речевых, музыкальных и двигательных способностей детей дошкольного возраста является логоритмика. Логоритмика – это сочетание пения, музыки и движения. Е.А. Медведева пишет, что логоритмики решает такие коррекционные задачи как: преодоление основного речевого нарушения, развитие дыхания, голоса, артикуляции, а также развитие и совершенствование основных психомоторных качеств (статической и динамической координации, переключаемости движений, мышечного тонуса, двигательной памяти и произвольного внимания) во всех видах моторной сферы (общей, мелкой, мимической, артикуляционной) (Медведева 2002).

А.И. Буренина предположила, что «чем раньше мы дадим детям гамму разнообраз­ных впечатлений, чувственного опыта, тем более гармоничным, естественным и успешным, в таком виде деятельности, как движение под музыку, будет дальнейшее развитие ребенка, становление его личности. И, возможно, меньше будет проблем у наших детей с развитием речи, внимания, памяти, мышления, формированием красивой осанки...» (Буренина 2000: 10).

Главное, на что должен быть нацелен педагог музыкального воспитания, это приобщение к движению под музыку всех детей — не только способных и одаренных в музыкальном и двигательном отношении, но и неловких, заторможенных, которым нужно помочь обрести чувство уверенности в своих силах путем подбора для них тако­го материала, в котором проявятся скрытые возможности ребенка, его "изюминка" и индивидуальность, а слабые стороны, наоборот, будут завуалированы. Ведь доказано, что занятия движениями для детей с задержкой или патологией в развитии имеют особое значение, потому что двигательные упражнения тренируют в первую очередь мозг, подвижность нервных процессов (исследования Н.А.Бернштейна, И.М.Сечено­ва, В.М.Бехтерева и др.). В то же время, движение под музыку является для ребенка и одним из самых привлекательных видов деятельности, игрой, возможностью выразить эмоции, реализовать свою энергию, поэтому оно в целом сказывается благотворно на его состоянии и воспитании (Буренина 2000).

Из этого следует, что, безусловно, музыкальное воспитание играет огромную роль в двигательном развитии детей дошкольного возраста. Потому что вследствие движений под музыку развиваются двигательные качества и умения, развивается ловкость, точность, координация движений, развивается гибкость и пластичность, воспитывается выносливость, сила, формируется правильная осанка, красивая походка. Так же посредством движений под музыку у детей развивается умение ориентироваться в пространстве, и обогащается двигательный опыт разнообразными видами движений.