

# РОЛЬ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ В ФОРМИРОВАНИИ ПОЗНАВАТЕЛЬНЫХ ПРОЦЕССОВ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ

А.В. Козловский, А.Р. Бардин, Т.В. Невертович

Гродненский государственный университет имени Янки Купалы, Беларусь

**Введение.** Известно, что активный двигательный режим положительно влияет на формирование не только физических качеств, но и на психические процессы и умственное развитие школьников [1,3,4]. Существует понятие – психическая активность, которая включает в себя двигательную и познавательную активность [2]. Ребенок по природе вообще готов постоянно двигаться, в движении он познает мир. В этой связи логично предполагать, что двигательная активность у учащихся будет стимулировать и познавательные процессы.

**Методы.** Предметом внимания являлись ряд познавательных процессов и показателей [2]. Основные из них это внимание (направленность и сосредоточенность сознания на каком либо предмете, явлении, действии), восприятие (отражение в сознании предметов, событий, явлений при непосредственном воздействии на органы чувств, чувственное познание) наблюдение (целенаправленное, планомерное восприятие объектов для их познания), мышление (процесс познавательной деятельности, отличающийся обобщенным и опосредованным отражением действительности), память (процесс запоминания, сохранения и воспроизведения субъектом мыслей, образов, эмоций и движений) и интерес (осознанное положительное отношение к чему – либо, побуждающее субъектов проявлять активность для познания интересующего объекты). Благодаря этим познавательным психическим процессам и параметрам происходит переработка и накопление в мозге информации о предметах и явлениях действительности.

**Результаты и их обсуждение.** Было показано [4], что занятия физической культурой укрепляют нервную систему, совершенствуют органы чувств. Известно также, что под действием физических упражнений, двигательной активности, в организме возрастает синтез биологически активных соединений, которые улучшают сон, благоприятно влияют на настроение детей, повышают их умственную и физическую работоспособность.

В процессе занятия физической культурой и физического совершенствования повышается активность всех познавательных (ощущения, восприятия, памяти, мышления) и других психических процессов, а также умственных способностей. Одновременно была установлена также прямая зависимость между уровнем двигательной активности детей и их словарным запасом, развитием речи, мышлением.

Изучение ежегодной двигательной активности школьников и сравнение ее с их успеваемостью показали также, что организованная двигательная активность находится в прямой связи с успеваемостью. При этом повышенная двигательная активность школьников положительно отразилась не только на успеваемости, но и способствовала укреплению сознательной дисциплины в школах.

**Выводы.** Двигательная активность связана с непосредственным, мотивированным и осознанным выполнением физических упражнений учащимися, а познавательная активность заключается во внимательном восприятии учебного материала и осмысленном отношении к нему, что вызывает прочное его усвоение.

Учителю физической культуры представляется важным на занятиях обеспечивать высокий уровень активности учащихся, формировать у школьников интерес к физическими упражнениями, эмоциональную привлекательность к урокам и чувство удовлетворения ими, а также стремление развивать необходимые физические и психические качества.

## Литература:

1. Вирабова А.Р. Управление развитием здоровьесберегающей среды в школе на ресурсной основе/ А.Р. Вирабова // I Конгресс Российского общества школьной и университетской медицины и здоровья, Москва, 21–22 февраля 2008 г. (материалы конгресса). – М.: Издатель НЦЗД РАМН, 2008. – С. 39–40.
2. Гогонов Е.Н. «Психология физического воспитания и спорта»: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб.заведений. /Е.Н. Гогонов, Б.И. Мартынов // М.: издательский центр «Академия», 2000. – 288 с.
3. Кучма В.Р. Гигиенические принципы организации личноно–ориентированного обучения детей в школе / В.Р. Кучма, А.Р. Вирабова // I Конгресс Российского общества школьной и университетской медицины и здоровья, Москва, 21–22 февраля 2008 г. (материалы конгресса). – М.: Издатель НЦЗД РАМН, 2008. – С. 93.
4. Флерко А.Л. Интеграция умственного и двигательного развития в физическом воспитании дошкольников с особенностями психофизического развития /А.Л. Флерко, С.К. Городиллин // I Конгресс Российско-

го общества школьной и университетской медицины и здоровья, Москва, 21–22 февраля 2008 г. (материалы конгресса). – М.: Издатель НЦЗД РАМН, 2008. – С. 177.