**Рекомендации**

**Особенности двигательной сферы ребёнка**

**в раннем детстве (1- 3 года)**

Трудно переоценить роль движений, которую они играют в повседневной жизни человека и, особенно, в развитии детей. Как раз посредством движений ребенок уже с самого раннего возраста начинает познавать окружающий его мир, взаимодействует с ним, выражает свое отношение к нему. Движения входят составным компонентом в различные виды человеческой деятельности, являются внешним выразителем и характеристикой поведения человека. Двигательные возможности могут достигать высокого уровня совершенства: человеку доступны такие тонкие и точные движения (двигательные действия), как письмо, рисование, игра на музыкальных инструментах и многое другое.

Дети в возрасте от одного года до трех лет выглядят еще непропорционально, у них сравнительно большая, по отношению к туловищу, голова и относительно короткие ноги. Особенности развития детского организма определяют особый подход родителей к режиму, выбору подвижных игр и физических упражнений. Костная система маленького ребенка интенсивно формируется.

В возрасте от1года до 3 лет ребенок способен противопоставить большой и указательный пальцы, захватывая предметы, слишком мелкие для того, чтобы брать их всеми пальцами (например, не кусок хлеба, а хлебные крошки). Правда, пока он делает это не очень уверенно. Точные движения рук нужно тренировать, это очень важно для дальнейшего умственного развития ребенка. Можно дать малышу две коробочки, одну — наполненную мелкими предметами, другую — пустую. Пусть перекладывает эти предметы из одной в другую. Кроме того, ребенку надо учиться пользоваться обеими руками одновременно, причем одна из них должна быть главной. Предложите малышу доставать из банки орехи, переливать воду из одной ложки в другую. Все эти занятия нравятся детям, а вы можете понаблюдать и определить, кто ваш малыш: правша или левша? Однако ребенок в этом возрасте еще очень неловкий, поэтому основная задача родителей состоит в том, чтобы усовершенствовать у него общие движения, развить чувство равновесия, координацию и ловкость. Это удается, если правильно подбирать малышу занятия и игры. Играя, дети много бегают, ползают, выполняют всевозможные сложные движения, в том числе с разными предметами. Во время подвижных игр у них развиваются такие ценные качества, как уверенность в себе, смелость, настойчивость. Малыши учатся согласовывать свои действия друг с другом и даже соблюдать простейшие правила. В 2-3 года они сами находят себе занятия и могут долгое время играть одни. От элементарных действий с предметами они постепенно переходят к сюжетным играм, копируют действия взрослых, изображают животных.

**Методики исследования развития двигательной сферы ребёнка раннего возраста (1-3 года)**

Достаточный уровень двигательной активности ребенка, удовлетворение его потребности в движениях можно обеспечить за счет правильной организации двигательного режима в детском саду, в школе и дома. В детских учреждениях такой режим обеспечивается особым распорядком дня, в котором предусматривается время для разнообразных видов занятий по развитию двигательной сферы детей. К сожалению, не всегда, особенно в условиях школы, дети имеют возможность получить достаточный уровень двигательной (моторной) нагрузки. Это не позволяет им в полной мере удовлетворять свои физиологические потребности в движении.

Несформированность крупной (грубой) моторики (движения руками, ногами, туловищем и т.д.) проявляется в виде плохой координации частей тела при выполнении сложных движений, их недостаточной точности и ловкости (неуклюжести), в выраженных затруднениях при выполнении физкультурных упражнений по показу или словесной инструкции. Наблюдения за тем, как дети умеют одеваться и раздеваться, как застегивают и расстегивают пуговицы, завязывают и развязывают шнурки, ленты и т.д., позволяют увидеть недостаточную координацию пальцев рук, т.е. несовершенство тонкой моторики. Недостатки в развитии лицевой и речевой моторики проявляются в невыразительности мимики, в затруднениях или полной невозможности произношения некоторых согласных звуков, в общей нечеткости, невнятности, смазанности речи.

Между развитием тонких движений пальцев рук и речевой моторикой существует определенная функциональная связь. Так, установлено, что уровень развития речи ребенка находится в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений пальцев рук. Если развитие пальцевой моторики ребенка соответствует его возрасту, то и речевое развитие будет в пределах нормы. Если же развитие движений пальцев отстает — задерживается, как правило, и развитие речи. По наблюдениям ученых, словесная речь ребенка начинает развиваться, когда движения пальцев рук достигнут достаточной тонкости. Развитие пальцевой моторики как бы подготавливает речевой аппарат, стимулируя его на овладение различными движениями, для последующего формирования речи.

При диагностике двигательной сферы ребёнка важно соответствие общей и тонкой моторики общепринятым характеристикам развития.

Общей моторике ребёнка раннего возраста характерна статическая и динамическая координация, определяющаяся по следующим параметрам:

1 год — самостоятельная ходьба;

1,5—2 года — поднимается и опускается по лестнице, держась за поручень; перешагивает через препятствие на полу; встает на лавку 20 см от пола;

2,5 года — подпрыгивает, одновременно отделяя от земли обе ноги, с поддержкой; перешагивает через несколько препятствий; нагибается за предметом;

3 года — поднимается вверх по лестнице в 10 ступеней высотой 12—15 см, поочередно ставит ноги на каждую ступеньку; подпрыгивает на двух ногах без поддержки, стоит на одной ноге в течение 10 с с открытыми глазами.

*Одновременность движений:* по бокам от коробки располагаются крупные пуговицы или монеты достоинством в 20 руб. по три с каждой стороны. По сигналу ребенок двумя руками одновременно должен брать монету с каждой стороны и класть в коробку. Скорость не учитывается. Тест считается невыполненным при разновременном движении рук.

*Отчетливость движений:* ребенку 3 лет предлагается сильно ударить перкуссионным молотком по столу. Отмечается наличие (или отсутствие) синкенезий.

При рассмотрении тонких движений пальцев рук оценивается степень дифференцированности движений и возможность действий с мелкими предметами.

*Нормативы:*

2 года — повторяют штрихи, рисуют круги;

2,5—3 года — рисуют прямые линии, круги по показу; могут нарисовать человека — "головонога".

*Оральный праксис:*

губ (вытянуть губы трубочкой, растянуть в улыбку);

щек (надуть и втянуть щеки);

языка (положить язык на нижнюю губу, облизать верхнюю губу, сделать из языка "горку").

Наличие девиации языка, асимметрия оскала свидетельствуют о неврологической симптоматике. Отмечаются сила (сильные, слабые), объем (доводятся ли движения до конца), переключаемость (быстрая, медленная) оральных движений.

Методики исследования развития двигательной сферы ребёнка раннего возраста осуществляется преимущественно методом тестирования. Этот метод построен на основе оценки ряда поведенческих проявлений, соотносимой с нормативным показателем, характерным для здоровых детей в определённом возрасте. Большая часть тестов для детей предназначена для диагностики сенсомоторного развития (способности держать головку, манипулировать с предметами, сидеть, поворачиваться, следить за предметами глазами и т.д.)

Ниже представлены несколько примеров тестовых упражнений для диагностики развития двигательной сферы ребёнка.

*Тест с пирамидкой или матрешкой.*

Задание демонстрирует способность ребенка осуществлять систему целесообразных действий, обнаружить ошибки и исправить их.

На глазах у ребенка снимите кольца с пирамиды и попросите его помочь собрать ее снова.

Ребенок двух-двух с половиной лет хорошо справляется с этим заданием, работая, как правило, методом проб и ошибок. Он еще может перепутать верхние и нижние кольца.

Ребенок также может справиться с вложением маленькой матрешки в большую (закрыть матрешки самостоятельно еще не сумеет).

*Тест с предметами быта.*

Ребенок от двух до двух с половиной лет подражает большому количеству действий взрослых с предметами быта, в игре действует взаимосвязано и последовательно (будит куклу, одевает, кормит, ведет на прогулку и т. д.). Самостоятельно одевается, но еще не умеет завязывать шнурки, застегивать пуговицы.

Выполнение этих действий демонстрирует умение ребенка осуществлять обобщение для достижения цели, координированные действия.

Тест на развитие двигательной сферы (крупной моторики).

В период с двух до двух с половиной лет ребенок может приставным шагом перешагивать через препятствия, расположенные на полу на расстоянии 20 см друг от друга.

*Тест на оценку тонкой моторики.*

Дайте ребенку карандаш и бумагу и предложите ему повторить после показа рисунок вертикальной, горизонтальной линий, круга, креста, квадрата, треугольника. Если ребенок проявляет определенные способности, попросите его скопировать изображение с образца (в этом случае он не должен видеть, как они были нарисованы).

Ребенок правильно копирует рисунок вертикальных, горизонтальных, круглых линий и креста.

Необходимо иметь в виду, что в рассматриваемый период ребенок в связи с происшедшими в его жизни важнейшими переменами: прямохождением, овладением предметными действиями и речью – проделывает очень большой путь в психическом развитии. В этом возрасте происходит развитие нового отношения к миру предметов: они становятся для ребенка не просто объектами, удобными для манипулирования, а вещами, имеющими определенное назначение и определенный способ употребления. Взрослый развивает у ребенка соотносящие и орудийные действия, с помощью которых можно оказывать влияние на окружающие предметы, изменять их. Овладение этими действиями создает условия для освоения новых видов деятельности: игровой и предметной (рисование, лепка, аппликация, конструирование).

Поэтому, взрослым, имеющим дело с ребенком раннего возраста, важно:

? уметь распознавать, диагностировать особенности психического развития детей от года до 3 лет;
? создавать условия для правильного развития ребенка и разрешения кризиса 3 лет;
? быть посредником между ребенком и окружающим миром;
? повышать собственную педагогическую культуру.

**ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

О значении двигательной активности в жизнедеятельности человека есть немало высказываний разных специалистов: физиологов, врачей, психологов, педагогов.

Физиологи считают движение врожденной жизненно необходимой потребностью человека. Полное удовлетворение потребности в движениях, по их мнению, особенно важно в раннем и дошкольном возрасте, когда формируются все основные системы и функции организма.

Врачи утверждают, что без движений ребенок не может вырасти здоровым. Движение, по их определению, может выступать в роли профилактирующего средства, когда активный двигательный режим способствует предупреждению различных заболеваний, особенно таких, которые связаны с сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной системами. Кроме того движение широко используется и как эффективнейшее лечебное и коррекционное средство.

По мнению психологов, развитие личности осуществляется в деятельности. Ведущей деятельностью ребенка является игра. А его игровая деятельность выражается прежде всего в движениях: в манипуляциях игрушками, во взаимодействии со взрослыми, детьми, с окружающими предметами. Первые представления о мире, его предметах и явлениях приходят к ребенку через движения его глаз, языка, рук, через перемещения в пространстве. Чем разнообразнее движения, тем большая информация поступает в его мозг, тем интенсивнее идет психическое развитие. Познание окружающего посредством движений более всего характеризует психологические и возрастные особенности детей первых трех лет жизни. Вот почему детям этого возраста особенно необходима двигательная активность.

Многие известные педагоги отмечают, что движения являются важным средством не только развития, но и воспитания ребенка, способствуя формированию его как личности. С помощью собственных движений, сопровождаемых соответствующими словами взрослых, ребенок познает окружающий его предметный мир, выражает свое отношение к нему, учится целенаправленно действовать в нем. Именно в движениях начинают просматриваться первые ростки смелости, решительности, выносливости, настойчивости маленького ребенка, которые в будущем станут формой проявления этих и других важных качеств личности. В играх с движениями и правилами ребенок приобретает навыки человеческого общения, осваивает опыт социального поведения.

Таким образом, движения, двигательная активность, как это явствует из высказываний специалистов разного профиля, являются не только фундаментом настоящего и будущего здоровья и физического развития ребенка, но и представляют собой условие и средство его общего и психического развития, формирования его как личности.

Поэтому в настоящее время большую роль в решении проблем развития двигательной сферы ребёнка отводится психодиагностике.

В настоящее время существует множество подходов к диагностике развития детей раннего возраста – как в западной, так и в отечественной науке.

Методики исследования развития двигательной сферы ребёнка раннего возраста осуществляется преимущественно методом тестирования. Этот метод построен на основе оценки ряда поведенческих проявлений, соотносимой с нормативным показателем, характерным для здоровых детей в определённом возрасте.

Таким образом, чем раньше начата с ребенком работа по диагностике и формированию его двигательной сферы, тем меньше вероятность возникновения отклонений в его моторике и тем более благотворно скажется влияние двигательных функций на его психофизическое развитие. Здесь уместно будет, перефразировав известное высказывание, заметить, что предупредить отставание в моторном развитии ребенка легче, чем устранить его.