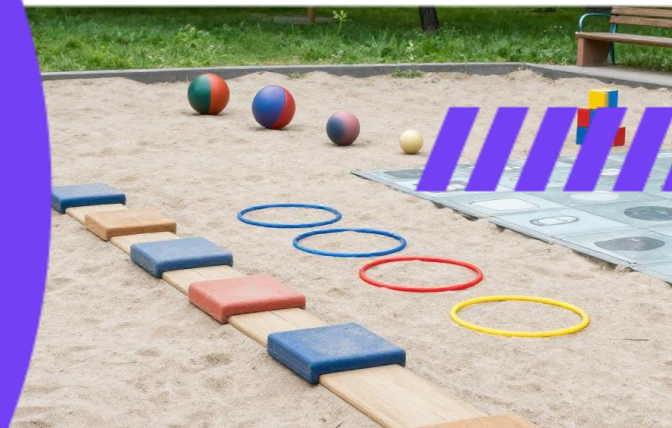


Интеграция движения, игры и познания в дошкольном возрасте



Движение, игра и мышление развиваются вместе — и усиливают друг друга.

Мусатова Елена Алексеевна – инструктор по физической культуре

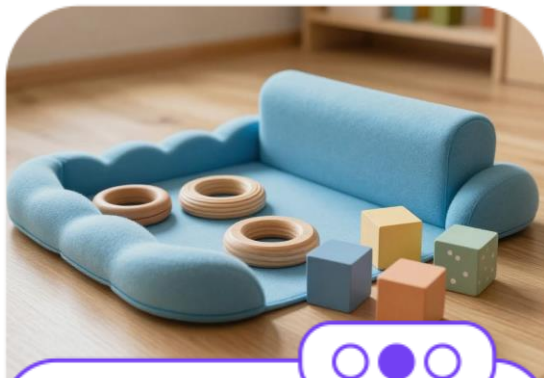


Почему этот подход особенно важен в 3–7 лет



Именно в дошкольном возрасте закладываются произвольность, речь, внимание и первые формы логического мышления. Движение, игра и познавательные задачи помогают развивать эти функции естественно, через активность, интерес и эмоциональную включенность ребенка.

Возрастные особенности и сенситивные периоды



3–4 года: познание через действие

В этом возрасте ребенок прежде всего подражает взрослому, активно осваивает крупные движения и предметные действия. Ему важно трогать, переносить, соединять и повторять. Через движение и простую игру формируются первые связи между ощущением, словом и действием.



4–5 лет: внимание и речь становятся устойчивее

Ребенок уже может дольше удерживать инструкцию, замечать признаки предметов и объединять их в группы. В игре усиливаются диалог, согласование ролей и понимание правил. На этом этапе особенно заметны рост словаря, классификация и осмысленные ответы.



5–7 лет: планирование и творчество

Старший дошкольник способен заранее продумывать действия, сравнивать варианты и объяснять свой выбор. Он охотно придумывает правила, меняет сюжет и использует речь как инструмент мышления. В движении и игре это проявляется в самостоятельности, инициативе и поиске новых решений.

Механизм интеграции трех видов активности

01

Движение включает анализаторы

Физическое действие вызывает сенсорный отклик: ребенок ощущает положение тела, темп, направление и силу. Это создаёт основу для более точного восприятия пространства, ритма и собственного движения.

02

Игра придает смысл

Игровой сюжет превращает упражнение в понятную и привлекательную ситуацию. Ребенок не просто выполняет задание, а действует от имени персонажа, поэтому активнее включается и дольше сохраняет интерес.

03

Задача направляет поиск

Познавательное условие задает цель: найти, сравнить, выбрать, посчитать или объяснить. Именно наличие проблемы побуждает ребенка думать, пробовать разные способы и удерживать внимание до результата.

04

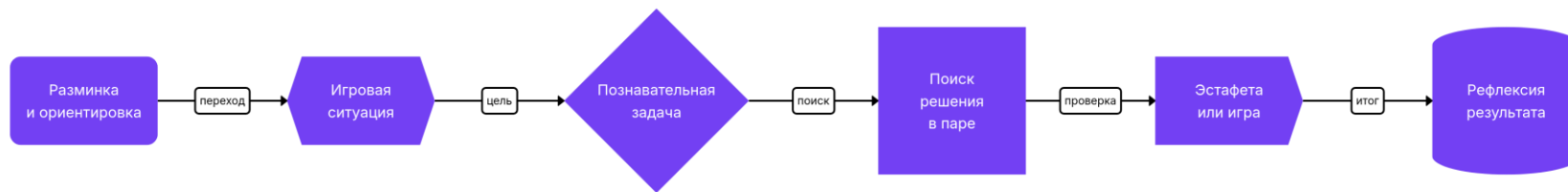
Сочетание снижает утомление

Чередование движения, игры и умственного поиска поддерживает темп занятия без перегрузки. Ребенок остается вовлеченным, меньше устает и легче сосредотачивается на следующем действии.

Структура интегрированного занятия



Последовательность шагов для построения занятия в дошкольной группе

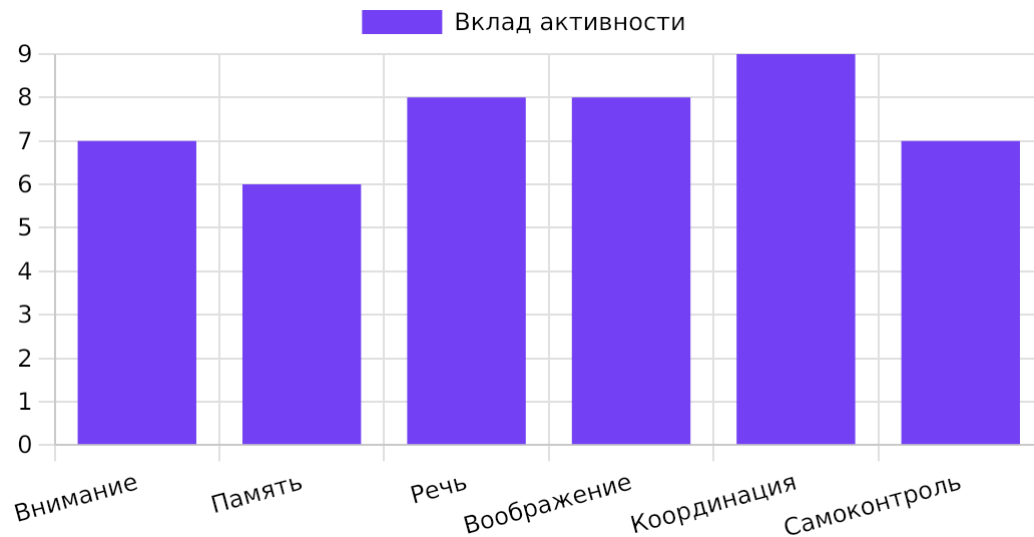


Какие качества развиваются одновременно



Преимущество интегрированных заданий в том, что один формат одновременно затрагивает несколько функций, а не тренирует их по отдельности.

Концептуальная экспертная оценка
по структуре интегрированного занятия, 2025



Наибольший эффект ожидаем у координации и воображения; речевые и игровые задания усиливают мышление и самоконтроль.

Физические упражнения как основа когнитивной активации



○ **Прыжки и лазание**

Такие упражнения развивают силу, координацию и чувство собственного тела. Одновременно ребенок учится быстро перестраивать движение, оценивать высоту, расстояние и безопасный способ действия.

○ **Балансировка**

Удержание равновесия требует сосредоточенности, контроля позы и точности движений. Это помогает укреплять саморегуляцию: ребенок учится замедляться, отслеживать тело и доводить действие до конца.

○ **Метание и ловля**

Работа с мячом развивает глазомер, согласование движений рук и зрительный контроль. Важно и то, что ребенок соотносит сигнал, траекторию и момент действия, тренируя внимание.

○ **Ритмические движения**

Ходьба, хлопки и движения по образцу помогают воспринимать последовательность, темп и ритм. Это поддерживает слуховое внимание, память на инструкции и способность действовать по правилу.



Примеры упражнений и их развивающий эффект

Методические принципы интеграции движения и познания в дошкольном образовании

Один и тот же двигательный прием может одновременно развивать физический, познавательный и речевой компонент.

Комплексные упражнения экономят время занятия и дают более широкий развивающий эффект, чем изолированная тренировка одного навыка.

Упражнение	Навык	Эффект
Ходьба по линии	Равновесие	Контроль действий
Эстафета с сортировкой	Быстрота	Классификация
Броски по цветам	Глазомер	Распознавание признаков
Ритм-зарядка	Слуховое внимание	Память

Игры как пространство творчества и общения



Игровой замысел

Сюжетная игра побуждает ребенка придумывать образ, цель и последовательность действий. Он не копирует ситуацию буквально, а преобразует ее, включая фантазию и символическое мышление.



Диалог и договор

В совместной игре дети обсуждают роли, очередность и правила, учатся слышать партнера и соглашаться на общий вариант. Так развивается коммуникация и социальная гибкость.



Изменение правил

Если обстоятельства меняются, ребенок пробует новые способы действия, уточняет условия и ищет компромисс. Это формирует инициативу, гибкость мышления и готовность к решению проблем.



Новые решения

Дидактическая игра помогает искать разные ответы в безопасной форме. Ребенок сравнивает варианты, проверяет их на практике и получает удовольствие от собственного открытия.

Познавательные задачи в движении

Поиск по признакам

Ребенок находит предметы по цвету, форме или размеру, двигаясь по залу или площадке. Такое задание соединяет наблюдательность, ориентировку в пространстве и умение быстро принимать решение.

Счет в движении

Подсчет шагов, прыжков или бросков помогает связать число с действием. Ребенок начинает понимать количество не только на слух, но и через собственный двигательный опыт.

Сравнение и соотнесение

В эстафетах можно сравнивать предметы по длине, высоте или величине, выбирая нужный вариант. Это развивает анализ признаков, точность речи и способность объяснять выбор.

Задания по схеме

Ориентировка по маршруту, карточкам и указателям учит следовать последовательности и удерживать цель. Здесь движение становится способом решения логической задачи, а не просто сменой активности.

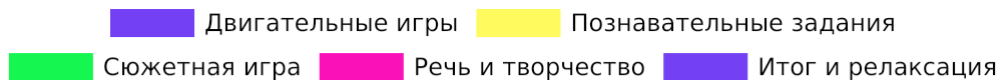


Формы деятельности и их частота в занятии



Чередование форм помогает удерживать интерес и дает возможность каждому ребенку проявить себя в движении, речи и поиске решения.

Структура занятия по теме презентации; распределение долей задано в исходном плане.

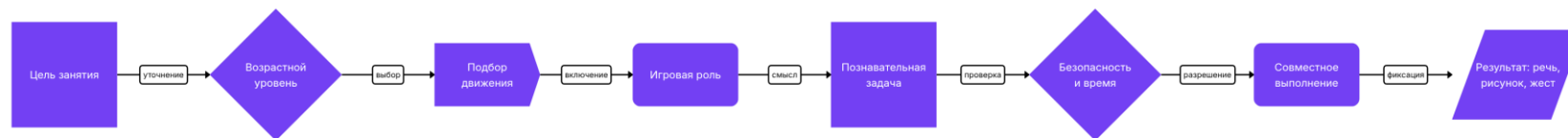


Основная часть времени отводится активности, а короткое завершение снижает утомление и закрепляет результат.

Логика построения интегрированного задания



Последовательность этапов занятия по интеграции движения, игры и познавательной задачи



Как оценивать развитие в динамике



01

Точность действий

Отслеживается, насколько ребенок увереннее выполняет движения, сохраняет равновесие, координирует руки и ноги и меньше нуждается в подсказке взрослого.

02

Сосредоточенность

Важно фиксировать, как долго дошкольник удерживает внимание на задании, переключается между этапами и сохраняет рабочий настрой до завершения деятельности.

03

Самостоятельные решения

Оценивается число вариантов, которые ребенок предлагает сам: в игре, в поиске ответа, в выборе способа действия или в изменении привычного хода.

04



Речь и взаимодействие

Наблюдается словарная активность, умение задавать вопросы, договариваться с партнером и ясно объяснять свой замысел в ходе общей деятельности.

05

Оригинальность и сотрудничество

Учитываются необычные игровые ходы, гибкость поведения и готовность работать в паре; особенно важна положительная динамика по сравнению с предыдущими занятиями.



Движение, игра и мышление усиливают друг друга

Когда физические упражнения, игры и познавательные задачи объединены в одном занятии, дошкольник активнее мыслит, свободнее действует и охотнее проявляет творчество. Краткие сменяющиеся этапы делают обучение естественным и мотивирующим.

