

*Юлія Шевченко, Ганна Свириденко
(Мелітополь, Україна)*

КІНЕЗІОЛОГІЧНІ ВПРАВИ В КОРЕКЦІЇ ПСИХОМОВНОГО Й МОТОРНОГО РОЗВИТКУ УЧНІВ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ

На сьогодні збільшується кількість дітей з мінімальними мозковими дисфункціями (30 % від загального числа), які виявляються в порушенні мовлення, мислення, у змінах якостей психіки. Доведено, що певну роль у виникненні цих змін відіграють порушення функціональної асиметрії кори великих півкуль головного мозку й міжпівкульна взаємодія. У разі його порушення (або несформованості) виявляється недоступність або складність координації рухів (наприклад: ходьба, робота обома руками).

Вчителі початкових класів, дефектологи, психологи перебувають у постійному пошуку нових, більш продуктивних методів та прийомів навчання учнів молодшого шкільного віку.

У зв'язку з цим досить актуальним постає питання про впровадження в практику роботи початкової школи оздоровчих навчальних технологій, тобто такої організації освітнього процесу на всіх його рівнях, за якої якісне навчання, розвиток і виховання дітей відбуваються без шкоди для їхнього здоров'я, а навпаки, сприяють його зміцненню.

Для стимуляції інтелектуального розвитку учнів початкових класів рекомендується застосовувати кінезіологічні вправи.

Метою статті є розкриття ефективності застосування кінезіологічних вправ в корекції психомовного й моторного розвитку учнів початкової школи.

Учені стверджують, що робота людського мозку забезпечується діяльністю двох її півкуль, які мають певну функціональну спеціалізацію: права півкуля головного мозку – гуманітарна, образна, творча – відповідає за тіло, координацію рухів, просторове, зорове й кінестетичне сприйняття; ліва півкуля головного мозку – математична, знакова, мовна, логічна, аналітична – відповідає за сприймання слухової інформації, постановку цілей і побудову програм. Єдність мозку складається з діяльності двох півкуль, тісно пов'язаних між собою системою нервових волокон (мозолисте тіло). Однією з головних умов успішного навчання й розвитку дитини є повноцінний розвиток мозолистого тіла, яке потрібне для координації роботи мозку й передачі інформації з однієї півкулі в іншу [2, с. 23].

Якщо порушується провідність через мозолисте тіло, провідна півкуля бере на себе велике навантаження, а інша блокується. Обидві півкулі починають працювати без зв'язку, що спотворює пізнавальну активність дітей [1, с. 42].

Дослідженнями науковців Інституту фізіології дітей і підлітків АПН (М.М. Кольцова, Е.І. Ісеніна, Л.В. Антакова-Фоміна) було підтверджено зв'язок інтелектуального розвитку та пальцевої моторики [1]. Для стимуляції інтелектуального розвитку застосовуються кінезіологічні вправи. Кінезіологічні вправи – це комплекс рухів, що дають змогу активізувати міжпівкульну дію.

Систематичні вправи по тренуванню рухів пальців поряд із стимулюючим впливом на розвиток мови є, на думку М.М. Кольцової «...потужним засобом підвищення працездатності головного мозку» [3, с. 12].

Дослідження Н.С. Лейтеса, О.М. Леонтєва, В.Н. Бехтерева довели позитивну дію маніпуляцій рук на розвиток мовлення дітей і функціональність вищої нервової діяльності в цілому. Отже, удосконалення розумових та інтелектуальних процесів слід розпочинати з розвитку рухів тіла й пальців. Тобто розвивальну роботу слід здійснювати в напрямі від руху до мислення, а не навпаки. З цією метою й були розроблені спеціальні вправи: розтяжки, дихальні вправи, окорухові вправи, тілесні вправи, вправи для розвитку дрібної моторики, вправи на релаксацію і масаж. І чим інтенсивніше (у межах розумного) навантаження, тим

більш істотними є ці зміни. Кінезіологічні методи не лише впливають на розвиток розумових здібностей і фізичного здоров'я, вони дозволяють активізувати різні відділи кори великих півкуль, що сприяє розвитку здібностей людини й корекції проблем у різних галузях психіки [4, с. 27].

Доктор психологічних наук, професор А.Л. Сиротюк, яка вивчала цю проблему, розробила розвивальну кінезіологічну програму, мета якої:

- розвиток міжпівкульної спеціалізації;
- розвиток міжпівкульної взаємодії;
- синхронізація роботи півкуль;
- розвиток дрібної моторики;
- розвиток здібностей;
- розвиток пам'яті, уваги, мовлення;
- розвиток мислення.

На думку А.Л. Сиротюк, корекційно-розвивальна й формувальна робота, що ґрунтується на рухових методах, має містити розтяжки; дихальні, окорухові, перехресні тілесні вправи; вправи для язика та м'язів щелеп, для розвитку дрібної моторики рук, релаксації, розвитку комунікативної та когнітивної сфер, вправи з правилами [5, с. 18].

Виконання кінезіологічних вправ вимагає свідомості й високого рівня саморегуляції. Здійснення такого руху й доведення його до автоматизму можливе тільки за умови створення в корі головного мозку нових нейронних мереж, що у свою чергу розширює резервні можливості мозку.

Головною вимогою до кваліфікованого використання комплексів є точне виконання рухів і прийомів. Застосування вправ можливе як на звичайному занятті, так і на спеціальних заняттях з кінезіології. Бажано, щоб кожен учень відчув і усвідомив зміни, що відбуваються з ним. Для цього оптимальним є проведення заняття з невеликою підгрупою дітей або індивідуально.

Кінезіологічні заняття дають як негативний, так і кумулятивний (такий що накопичується) ефект для підвищення розумової працездатності й оптимізації інтелектуальних процесів. Заняття має проводитися по 10-15 хвилин щодня в емоційно-комфортній, доброзичливій обстановці, якщо є можливість – під спокійну музику. Заняття, що проходить у ситуації стресу, не дає результатів. Результативність заняття залежить від систематичної та копійної роботи.

Щодня завдання можуть ускладнюватися, обсяг завдань збільшуватися, нарощуватися темп їх виконання. Відбувається розширення зони найближчого розвитку дитини й перехід її в зону актуального розвитку.

Отже, регулярне виконання комплексів кінезіологічної гімнастики сприяє активізації міжпівкульної взаємодії, синхронізації роботи півкуль; позитивно впливає на психомовний і моторний розвиток учнів, розвиток інтелекту; покращує стан фізичного здоров'я і соціальної адаптації дітей: знижує стомлюваність; підвищує здатність до довільного контролю, що у свою чергу, що сприяє корекції дефектів мовного розвитку учнів.

Провідними напрямками подальшого вивчення проблеми вважаємо з'ясування раціональних шляхів корекційно-розвивальної та формувальної роботи з учнями початкової школи, що ґрунтується на рухових методах.

ДЖЕРЕЛА ТА ЛІТЕРАТУРА

1. Антакова-Фомина Л.В. Стимуляция развития речи у детей раннего возраста путем тренировки движений пальцев рук / Л.В. Антакова-Фомина. – М.: Просвещение, 1996. – 120 с.
2. Деннисон П. Гимнастика ума / П. Деннисон, Г. Деннисон. – М.: Восхождение, 1997. – 125 с.

3. Кольцова М.М. Двигательная активность и развитие функций мозга ребенка / М.М. Кольцова. – М.: Просвещение, 1973. – 160 с.
4. Коваленко С.В. Развитие познавательной деятельности у детей от 6 до 9 лет / С.В. Коваленко. – М., 1998. – 148 с.
5. Сиротюк А.Л. Обучение детей с учетом психофизиологии: практическое руководство для учителей и родителей / А.Л. Сиротюк. – М.: ТЦ «Сфера», 1992. – 64 с.
6. Сиротюк Г. Коррекция дислексических нарушений способности к обучению и интеграции головного мозга / Г. Сиротюк, Д. Уайтсайд. – К., 1984. – 120 с.
7. Хрестоматія з логопедії / за ред. М.К. Шеремет. – К. : КНТ, 2006. – 360 с.