

КИНЕЗИОЛОГИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ КАК ВИД ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ

Автор: Качур Ирина Николаевна

МДОУ ИРМО «Хомутовский детский сад №4»

Аннотация. В статье освещена роль использования кинезиологических упражнений в работе с детьми дошкольного возраста, испытывающими трудности в речевом развитии. Автором на основании аналитического обзора теоретических исследований и практических наработок современных специалистов выделены направления применения кинезиологии в коррекционно-развивающих программах логопедического сопровождения дошкольников.

Ключевые слова: кинезиологические упражнения, речевое развитие, дети, дошкольный возраст, кинезиология.

Тематическая рубрика: дошкольное образование.

Дошкольный возраст является тем возрастным периодом, когда ребенок особенно чувствителен к социальным воздействиям, а его внимание и деятельность в первую очередь концентрируются на познании окружающей действительности (все органы чувств ребенка задействованы в этом процессе). Именно в дошкольном возрасте формируется базис личностных характеристик, а также когнитивной и аффективной сфер, происходит интенсивное сенсорное и физическое развитие ребенка. При этом в дошкольном возрасте на основе речевого развития у детей продуцируются такие психические процессы, как восприятие, воображение, память. Речь формируется в процессе общего психофизического развития ребенка. В формировании коммуникативных навыков и способностей ребенка участвуют центральная нервная система, слух, зрение и опыт активного речевого общения с окружающими.

По статистическим данным наблюдается рост количества детей с комплексными нарушениями развития, в частности – проблемами речевого развития [7]. Это требует существенных изменений в построении коррекционной работы и актуализирует ее исследование на основании междисциплинарных связей. Комплексный характер нарушений требует тесного взаимодействия различных сфер научного знания, интегрированного подхода в диагностической, профилактической и коррекционной работе. Важным в решении данного вопроса является связь между формированием психических функций и физическим развитием (общая, мелкая, артикуляционная моторика) в онтогенезе ребенка дошкольного возраста. Целью данной статьи является освещение роли и содержания

кинезиологических упражнений как формы работы с детьми дошкольного возраста, имеющими проблемы речевого развития.

Традиционно методы коррекционного воздействия на детей делят на: когнитивные – концентрируются на развитии высших психических функций (речевых, мыслительных процессов, памяти и др.) и методы двигательной коррекции или телесно-ориентированные техники направлены на формирование или восстановление контакта с собственным телом, развитие невербальных компонентов общения, общей и мелкой моторики. В ситуации системных нарушений в развитии детей существует необходимость в иерархическом применении двигательных и когнитивных методов коррекции, поскольку они являются друг для друга необходимым условием в своем становлении. Данная иерархичность базируется на онто- и филогенетических уровнях построения движений, которые имеют большое общепсихологическое значение. А также на морфологической и функциональной зрелости мозолистого тела, главная роль которого в обеспечении межполушарной организации психических процессов, в том числе речи. В нейропсихологии специалистами отмечается наличие связи неадаптивного поведения человека с нарушением межполушарного взаимодействия. Несформированность межполушарных связей негативно отражается и на становлении в онтогенезе системы речевого развития [4].

Кинезиология - наука о развитии головного мозга через движение, ее методы и техники используются во всем мире. Межполушарное взаимодействие имеет возможность развития с помощью комплекса специальных кинезиологических упражнений. Учитывая функциональную специализацию полушарий мозга (правое - гуманитарное, образное; левое - математическое, знаковое), а также роль совместной деятельности в осуществлении высших психических функций, можно считать, что нарушения межполушарной передачи информации искажает познавательную деятельность детей. Если нарушается проводимость через мозолистое тело, то ведущая полушарие берет на себя большую нагрузку, а другое - блокируется. Оба полушария начинают работать без связи. Нарушается пространственная ориентация, адекватное эмоциональное реагирование, координация работы зрительного и аудиального восприятия с работой руки, которая пишет. Ребенок в таком состоянии не может читать и писать, воспринимая информацию на слух или глазами [2].

Разговорные навыки человека связаны с мелкой моторикой пальцев. Кроме того, современные методики обучения говорят о том, что новую информацию ребенку легче понять и запомнить, воздействуя на различные каналы восприятия: зрение, слух, тактильные ощущения, вкус, осязание и движение [1]. Кинезиология стимулирует интеллектуальное развитие и моторику ребенка. Кинезиологические упражнения улучшают умственную деятельность, синхронизируют работу полушарий, способствуют улучшению

запоминания, повышают устойчивость внимания, облегчают процесс письма. Образовательная кинезиология дает человеку возможность эффективнее усваивать информацию, успешно овладевать даже сверхсложными интеллектуальными действиями.

Учредителями образовательной кинезиологии являются Пол Деннисон и Гейл Деннисон. Ими создана программа «Гимнастика мозга», которая предусматривает активизацию природных механизмов работы мозга с помощью естественных физических движений тела [5]. Именно поэтому для достижения положительных результатов в логопедическом направлении коррекционного воздействия и обеспечения здоровьесберегающей направленности педагогического процесса считаем целесообразным использование методов кинезиологии, а именно: логоритмики; кинезиологических игр и упражнений; упражнений с элементами массажа биологически активных зон; биоэнергопластики; серии развивающих дидактических игр с мячами. Кинезиологические упражнения в целом - это своего рода целенаправленная рефлекторная гимнастика для мозга, которая стимулирует развитие его отдельных зон, в частности языковых центров. Так, к примеру, развитие мелкой моторики готовит руки ребенка к различным действиям в будущем: рисованию, письму, манипуляциям с предметами. Как правило, кинезиологические игры сопровождаются рифмованными стихами, попевками или сказками, которые способствуют расширению словарного запаса ребенка.

В коррекционной работе с детьми можем рассматривать кинезиологические упражнения, как комплекс методов, направленных на коррекцию двигательной сферы детей с различными особенностями развития. Занятия направлены на развитие глубокой телесной чувствительности, двигательных навыков, построения схемы тела, улучшение координации, общей и мелкой моторики и - как результат - развитие познавательной сферы. Ребенок получает во время выполнения упражнений ощущение своего тела в окружающем пространстве.

В онтогенезе формирование кинестетической чувствительности и двигательной активности предшествует формированию познавательной (в том числе речевой) сферы, а, следовательно, и в коррекции последней невозможно обойти развитие двигательной активности. В настоящее время в современной кинезотерапии разработаны специальные комплексы упражнений, целью которых является: развитие межполушарной специализации; развитие межполушарного взаимодействия; развитие моторики; развитие памяти, внимания, речи; устранение дислексии; развитие мышления [3]. При создании этих комплексов объединены два учебных принципа:

- влияние на сохранившиеся звенья регуляции психофизиологических функций;
- воздействие на нарушенные звенья регуляции психофизиологических функций.

Арсенал методов кинезотерапии постоянно растет, что позволяет использовать их в коррекционной работе с детьми дошкольного возраста с различными дисфункциями в развитии речи. К ним можно отнести следующее: дыхательные упражнения; массаж (формирование кинестетических ощущений, нормализация тонуса мышц, повышение энергетика коры мозга); двигательные упражнения и позы перекрестно - латерального характера; артикуляционные упражнения; упражнения на развитие мелкой моторики [6].

Мышечная активность, особенно координированные движения, построенные на принципах кинезотерапии, стимулируют продукцию естественных веществ, отвечающих за рост нервных клеток и увеличивают число нервных связей в мозге. Регулярная физическая нагрузка улучшает кровообращение, тренирует сердечно-сосудистую систему ребенка, которая непосредственно связана с деятельностью головного мозга. Также в процессе выполнения кинезиологических упражнений развивается координация всех конечностей тела в целом. Еще одно преимущество данного вида упражнений - активное снабжение клеток головного мозга кислородом, что улучшает его деятельность. Развитие умственных возможностей и способностей ребенка - это развитие образного и логично-аналитического элементов мышления, а также влияние на подвижность мыслительных процессов - устранение замедленности мышления в процессе коммуникаций.

Таким образом, комплексное и систематическое использование кинезиологических упражнений на групповых и индивидуальных занятиях с детьми дошкольного возраста дает положительные результаты в развитии зрительно-пространственного восприятия, речевого развития, нормализации мышечного тонуса (артикуляционных и мимических мышц), уменьшение синкинезий (патологических двигательных паттернов). Данная технология является перспективной для разработки и реализации ее в системе коррекции речевого развития детей дошкольного возраста с особенностями здоровья.

Список литературы:

1. Аршинова Н.А. Педагогика оздоровления в системе коррекции общего недоразвития речи у детей // Вопросы дошкольной педагогики. 2015. №2. С. 11-15.
2. Банцова Е.В. Кинезиология, как эффективное средство повышения мыслительной деятельности детей с ОНР // Труды Братского государственного университета. Серия: Гуманитарные и социальные науки. 2017. № 1. С. 74-77.
3. Баркина О.Ю., Грачева М.Н. Бинарная деятельность логопеда и психолога с элементами образовательной кинезиологии // Воспитание и обучение детей младшего возраста. 2016. № 5. С. 399-401.
4. Билич Г.Л., Крыжановский В.А. Анатомия человека. М.: Эксмо, 2012. 224 с.
5. Деннисон П., Деннисон Г. Гимнастика мозга. Книга для учителей и родителей. СПб.: Весь, 2017. 320 с.
6. Литвяк Л.А. Эффективность метода кинезиологии в работе педагога-психолога с детьми старшего дошкольного возраста // Интегративные тенденции в медицине и образовании. 2018. Т. 3. С. 86-88.
7. Петрушина С.А. Использование образовательной кинезиологии в коррекционно-развивающей работе с детьми старшего дошкольного возраста // Дошкольная педагогика. 2020. № 1 (156). С. 61-63.