

УДК 159.9

Урманова Анастасия Валерьевна,
студентка, кафедра дефектологии
Крымский инженерно-педагогический университет
имени Февзи Якубова

Свириденко Ирина Анатольевна,
канд. фил. наук, доцент кафедры
специального дефектологического образования,
Крымский инженерно-педагогический университет
имени Февзи Якубова
Россия, г. Симферополь

**МЕТОДЫ КОРРЕКЦИИ РАЗВИТИЯ МЕЖПОЛУШАРНОГО
ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ, ПОСРЕДСТВОМ КИНЕЗИОЛОГИЧЕСКИХ
УПРАЖНЕНИЙ**

Аннотация: В данной статье исследуются методы коррекции развития межполушарного взаимодействия, посредством кинезиологических упражнений.

Ключевые слова: методы, коррекция, кинезиология, обучение, учебно-воспитательный процесс, психика, задержка психического развития, дошкольный возраст, упражнения.

Urmanova Anastasia Valerievna
Student, Department of defectology
Crimean engineering and pedagogical University
named after Fevzi Yakubov
Sviridenko Irina Anatolyevna
Cand. Philology,

*Associate Professor of the Department of Special Defectological Education,
Crimean engineering and pedagogical University
named after Fevzi Yakubov
Russia, Simferopol*

METHODS FOR CORRECTING THE DEVELOPMENT OF INTERHEMISCULAR INTERACTION BY MEANS OF KINESIOLOGICAL EXERCISES

Abstract: *This article examines methods for correcting the development of interhemispheric interaction through kinesiological exercises.*

Keywords: *methods, correction, kinesiology, training, educational process, psyche, mental retardation, preschool age, exercises.*

Актуальность исследования заключается в том, полный анализ и обобщение любой информации, построение любого ответа или заключения осуществляется в тесном взаимодействии полушарий головного мозга. Поэтому практически во всех видах учебной деятельности можно выделить составляющие работы правого и левого полушарий, их согласованность и взаимодополняемость – залог успеха любого вида деятельности. Кинезиологические упражнения призваны гарантировать, что все эти сложные и, казалось бы, разносторонние процессы в нашем мозгу систематизированы и гармонизированы, а главное – унифицированы и взаимосвязаны.

Кинезиология – это самостоятельное оригинальное направление оздоровления, основанное на целостном подходе к ребенку и использовании мышечного напряжения для положительного воздействия на эмоциональную сферу ребенка, развитие его межполушарных взаимодействий. Кинезиологические упражнения развивают тело, повышают сопротивляемость организма стрессам, синхронизируют работу полушарий,

улучшают умственную деятельность, улучшают память и внимание, облегчают процесс чтения и письма [6].

Целью кинезиологической коррекции являются: развитие межполушарного взаимодействия; синхронизация полушарий; развитие мелкой моторики; развитие способностей; развитие памяти, внимания; развитие речи; развитие мышления.

При коррекции развития межполушарного взаимодействия с помощью кинезиологических упражнений используются следующие направления:

1. Интегративные движения, такие как гимнастика для мозга, направленные на расширение связей между полушариями, активацию и гармонизацию процессов мозга.

2. Задания, игры и упражнения для улучшения координации движений и развития моторики правой и левой руки.

3. Упражнения на развитие смыслообразующей функции психических процессов и произвольной саморегуляции с целью развития внимания.

4. Глазодвигательные упражнения, способствующие развитию межполушарных взаимодействий, активизирующие кровообращение, способствующие развитию зрительного восприятия.

5. Дыхательные упражнения, развивающие способность произвольно контролировать дыхание, самоконтроль над поведением, эмоциями, речью и движениями [4].

Упражнения направлены на одновременное развитие физических и психофизиологических качеств, поддержание здоровья детей и предупреждение отклонений в их развитии. Под влиянием кинезиологических тренировок в организме происходят положительные структурные изменения, чем интенсивнее нагрузка, тем значительнее эти изменения [2].

Упражнения развивают тело, повышают сопротивляемость организма стрессу, синхронизируют работу полушарий, улучшают умственную деятельность, улучшают память и внимание, а также облегчают процесс

чтения и письма. В результате повышается эмоциональное благополучие, улучшается зрительно-моторная координация и создается пространственная ориентация. Улучшается регулирующая и координирующая роль нервной системы. Учителя, использующие кинезиологические упражнения на уроках, отмечают повышение работоспособности, активацию интеллектуальных и познавательных процессов, улучшение почерка. Уроки кинезиологии обеспечивают как немедленный, так и кумулятивный эффект для повышения умственной работоспособности, и оптимизации интеллектуальных процессов.

Состав комплексов определяется взаимодействием трех основных направлений:

- реализацией потребности активизации проблемного звена организма;
- реализацией потребности активизации всего организма;
- реализацией потребности обеспечения активного отдыха [1].

Главное требование для квалифицированного использования специальных кинезиологических комплексов – осторожное выполнение движений и приемов, при этом важно то, учитель должен сначала самостоятельно освоить все упражнения, а затем обучать учеников. Занятия следует проводить в спокойной и дружелюбной обстановке. Если на предметных занятиях используются упражнения, то необходимо учитывать следующее: выполнение стандартных учебных действий может прерываться с кинезиологическим комплексом, а творческую деятельность прерывать нецелесообразно. В случае, когда дети сталкиваются с интенсивной умственной нагрузкой, требующей раскрытия интеллектуального потенциала и элементов творчества, рекомендуется применять комплекс перед началом работы [3]. Каждое из кинезиологических упражнений способствует возбуждению определенной области и механизма сочетания мысли и движения. В результате новое учение становится более естественным и запоминающимся.

Особенности направлений кинезиологических упражнений, которые используются в коррекции межполушарного взаимодействия:

1. Артикуляционная гимнастика. Это комплекс упражнений, который направлен на укрепление мышц, развитие силы, подвижности и дифференциации движений, участвующих в речевом процессе.

2. Мимическая гимнастика. В разделе представлены игры и упражнения, направленные на невербальное и вербальное выражение основных эмоций (радость, грусть, удивление, страх, гнев, интерес, боль, спокойствие), а также развивает и укрепляет лицевые мышцы.

3. Пальчиковая гимнастика. Это основа для развития мелкой моторики и координации движений рук и пальцев. Этот комплекс включает игры и упражнения только для рук. Пальчиковые игры и упражнения стимулируют развитие артикуляционного компонента речи, развитие воображение.

4. Дыхательные упражнения. Они помогают развивать диафрагмальное дыхание, продолжительность выдоха, его силу и постепенность. Такие упражнения можно сочетать с движениями рук, туловища, голова. Доказано, что дыхательные упражнения – положительно влияют на работу с детьми, а также влияют не только на формирование правильного речевого дыхания, они важны для общего укрепления организма и релаксации.

5. Корригирующая гимнастика. В ходе этого направления происходит создание стойких поз, необходимых для коррекции. Длительное по времени удержание нужной позы способствует выработке ее в дальнейшем самостоятельно.

6. Речевые игры и ролевые стихи являются основой для развития просодических компонентов речи: ритмичности, мелодики, интонационной выразительности, кроме того, они оказывают благоприятное воздействие на состояние вербальной памяти и продуктивности запоминания.

7. Упражнения, регулирующие мышечный тонус. Эти упражнения позволяют занимающимся овладеть своими мышцами, научиться управлять

своими движениями. В содержание этого раздела входит усвоение понятий «сильно», «слабо» как понятий относительно большей или меньшей силы мускульного напряжения. В работе по воспитанию умения регулировать мышечный тонус можно выделить общеразвивающие и коррекционные упражнения [4].

Корректировать межполушарное взаимодействие коры головного мозга у дошкольников с ЗПР целесообразно в организованных формах физкультурных перерывов, содержание которых решает задачи улучшения мозгового кровообращения, улучшения состояния здоровья, зрительные анализаторы функционального состояния, коррекция ритма, обеспечение межполушарного взаимодействия коры головного мозга [5].

Для коррекции межполушарного взаимодействия желательно соблюдать следующую последовательность выполнения компонентов комплекса:

- в начале дня – занятия физкультурой для улучшения мозгового кровообращения;
- в середине дня – коррекция ритма, комплексов глаз;
- в конце дня – минуты физкультуры с комплексной отдачей.

Таким образом, упражнения на развитие межполушарного взаимодействия улучшают умственную деятельность, синхронизируют работу полушарий, улучшают запоминания, повышают устойчивость внимания, облегчают процесс письма.

Список литературы:

1. Бернштейн Н.А. Очерки по физиологии движений и физиологии активности / Н.А. Бернштейн – М.: Образование, 2010. – 349 с.
2. Белая А.Е. Пальчиковые игры для развития дошкольников: Пособие для родителей и педагогов / А.Е. Белая, В.И. Мирясова – М.: ООО «Издательство Астрель»; ООО «Издательство АСТ», 2010. – 46 с.

3. Васенков Г.В. Развиваем мелкую моторику и координацию движений рук / Г.В. Васенков, И.Е. Светлова – М.: Образование, 2005. – 11 с.

4. Использование метода кинезиологии в работе с дошкольниками / Е.И. Стальская, Ю.С. Корнеева, Е.Г. Ромицына // Северная Двина. – 2009. – 3 с.

5. Никишина В.Б. Практическая психология в работе с детьми с задержкой психического развития: Пособие для психологов и педагогов / В.Б. Никишина – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2013. – 23 с.

6. Сиротюк А.Л. Коррекция проблем обучения и развития методом кинезиологии / А.Л. Сиротюк – М.: Аркти, 2013. – 21 с.