

## К УСПЕХУ ЧЕРЕЗ ВОЛШЕБНЫЕ ДВИЖЕНИЯ

### TO SUCCESS THROUGH MAGICAL MOVEMENTS

**M. Kuzmina  
S. Hrabrova**

*Summary:* One of the problems of preschool age at the present stage is the increase in the number of children with speech pathology and disorders of sensorimotor processes. In this article, the authors considered a set of kinesiological exercises aimed at the development of sensorimotor coordination through the formation of interhemispheric connections, which makes it possible to create conditions for further full-fledged physical, moral and intellectual development of the child, since coordinated work of both hemispheres is necessary for any type of activity.

*Keywords:* kinesiology, complex of kinesiological exercises, interhemispheric connections, interhemispheric interaction.

**Кузьмина Мария Анатольевна**

ФГАОУ ВО «Южный федеральный университет»,  
Ростов-на-Дону  
ma.kzn@mail.ru

**Храброва Светлана Ивановна**

учитель-логопед, МБДОУ «Детский сад комбинированного  
вида №2», Кировск  
sih3101@mail.ru

*Аннотация:* Одной из проблем дошкольного возраста на современном этапе является увеличение числа детей с речевой патологией и нарушениями сенсомоторных процессов. В данной статье, авторы рассмотрели комплекс кинезиологических упражнений, направленных на развитие сенсомоторной координации через формирование межполушарных связей, что дает возможность создать условия для дальнейшего полноценного физического, нравственного и интеллектуального развития ребенка, так как для любого вида деятельности необходима слаженная работа обоих полушарий.

*Ключевые слова:* кинезиология, комплекс кинезиологических упражнений, межполушарные связи, межполушарное взаимодействие.

«Обучая левое полушарие,  
вы обучаете только левое полушарие.  
Обучая правое полушарие, вы обучаете весь мозг».  
И. Сонер.

**В** погоне за обучением ребенка дошкольного возраста, мы начинаем забывать о ведущем виде деятельности этого периода – игре. Именно в игре, у ребенка идет формирование межличностных отношений и коммуникативных навыков, идет формирование предпосылок для создания качественно новой социальной ситуации развития. Через игру, причем любую, маленький человек познает мир [3, с. 8]. Восприятие мира происходит через движение тела, т.к. работают все органы чувств. Сенсорная интеграция обеспечивает эффективные реакции тела, формирует эмоции и поведение. Идет формирование предпосылок к хорошему физическому и интеллектуальному развитию, а, следовательно, и к дальнейшему успешному обучению.

Пространственное восприятие - это гармония между всеми сторонами тела и восприятием этого тела в окружающей среде, это понимание пространственных характеристик окружающего мира. Развитие пространственного восприятия способствует формированию предпосылок регулятивных и познавательных универсальных учебных действий и элементарных учебных навыков: восприятие страницы, ориентация на листе, чтение слева направо и т.п. [5, с.103], [6, с.6].

Находясь в разбалансированном состоянии, ребенок

тратит на эти элементарные действия большое количество времени. Ему сложно понять с чего или где начать и где закончить. С большим трудом ребенок ориентируется где право-лево, верх-низ. Это приводит к быстрой эмоциональной и физической утомляемости. Теряется радость познания и ощущение успеха.

Мы пришли к выводу, что для любого вида деятельности необходима слаженная работа обоих полушарий, следовательно, необходимо формировать и развивать межполушарные связи. Сделать это не сложно, т.к. еще из школьной анатомии, мы знаем, что за работу полушария отвечает противоположная сторона тела. Если мы выполняем движения левой рукой или ногой, то активизируется правое полушарие, а выполняя движения правой ногой или рукой – левое полушарие. Следовательно, для формирования межполушарных связей, достаточно выполнять движения одновременно двумя руками или ногами как синхронно, так и асинхронно [1, с. 10].

Всем известно и не вызывает сомнений польза утренней гимнастики для организма человека. Она помогает вашему телу быстро перейти из энергосберегающего режима сна в режим активного бодрствования, подобно тому, как автомобилист должен сначала разогреть двигатель автомобиля, прежде чем тот сможет работать на полную мощность [4, с.3].

Но хочется отметить, что не только наше тело, но и наш мозг нуждается в "разогреве", настройке и подготовке к эффективной работе.

В последнее время отмечается резкое увеличение детей с нарушением сенсомоторных процессов [5, с.7]. Все мы знаем, что работа обоих полушарий очень важна для человека. У новорожденного оба полушария развиты одинаково. В первые два года ребенок осваивает миллиарды возможных движений. Ребёнок посвящает этому процессу всё своё время, если только его не оставит болезнь, травма, плохое питание, эмоциональный стресс или физическая изоляция.

Нами была проведена диагностика физического развития пятилетних детей с ТНР, которая 100% подтвердила эту зависимость. У детей с нарушенной координацией, недостаточным равновесием, замедленной переключаемостью с одного движения на другое наблюдается отягощённый анамнез (асфиксии, болезни в первый год жизни, тяжелые роды, которые ослабляют ребёнка). Так как временной промежуток формирования сенсомоторного интеллекта достаточно мал, то при выпадении даже небольшого промежутка времени из этапа развития, времени оказывается недостаточно для полного и сбалансированного физического развития ребёнка [5, с.20]. Между тем от уровня сформированности сенсомоторных процессов во многом зависит успешность усвоения ребёнком чтения, письма, рисования и других видов деятельности.

Таким образом, возникает противоречие. С одной стороны, важность и необходимость сенсомоторного развития детей, а, с другой стороны, его нынешний низкий уровень. Это привело к необходимости разработки нашего проекта «К успеху через волшебные движения», в котором мы ставим задачу восполнения навыков равновесия и движения, осознания своего тела или сенсомоторной координации через формирование межполушарных связей. В основу этой методики легли кинезиологические упражнения.

Кинезиология — это наука о развитии головного мозга через движение.

Цель нашей работы: провести коррекционную работу по формированию и развитию сенсомоторных навыков через кинезиологические упражнения, что даст возможность создать условия для дальнейшего полноценного физического, нравственного и интеллектуального развития ребенка.

Коррекционная работа рассчитана на девять месяцев коррекционной работы. Идеальным является проведение 2-3 занятий в неделю (от 10 до 20 мин) и дополнительные домашние упражнения. Однако сроки и количество занятий могут варьироваться в зависимости от индивидуальных характеристики детей.

Работа по проекту осуществляется в три этапа.

1 этап. Дети должны научиться чувствовать свое тело и управлять им. При этом все движения (общая, тонкая и артикуляторная моторика) носят синхронный характер.

2 этап. Движения приобретают реципрокный характер (перекрестный).

3 этап. Сформированные таким образом автоматизмы интегрируются во взаимодействие с движениями глаз: работа ведется сначала над согласованными, а потом - реципрокными координациями.

Все упражнения разбиты на три блока:

Первым блоком проекта развития межполушарного взаимодействия является блок "Движение". Через комплексы специальных игр и упражнений, мы как бы проходим сначала двигательное развитие ребенка от младенчества до раннего возраста [5, с. 18], [2, с.14].

В примерный комплекс упражнений для дошкольников должно быть включено:

1. Дыхательные упражнения (улучшают ритмику организма, развивают самоконтроль и произвольность.)
2. Упражнения на оптимизацию и стабилизацию общего тонуса тела.
3. Упражнения на растяжку (выполняются лежа-сидя-стоя).
4. Релаксация (нормализуют тонус мышц - гипер- и гипотонус)
5. Глазодвигательный репертуар (позволяют расширить поле зрения, улучшить восприятие. Однонаправленные и разнонаправленные движения глаз и языка развивают межполушарное взаимодействие)
6. Упражнения на формирование и коррекцию базовых сенсомоторных (одновременных и реципрокных) взаимодействий (выполняются лежа-сидя-стоя). Можно добавить базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность.

Второй блок – "Моторика". Он направлен на развитие моторики ребенка с использованием нескольких кинезиологических программ, которые позволяют активизировать межполушарное взаимодействие, достигая при регулярности занятий синхронизации работы полушарий [5, с.319].

В него должны быть включены:

1. Игры на развитие соматогностических, мнестических, тактильных и кинестетических процессов [5, с. 95]. Например, «Повтори позу», «Телесные фигуры, буквы и цифры», «Рисунки и буквы на спине и на ладонях», «Предметы с различной фактурой

- поверхности», «Игра с палочками» и др.
- Игры на развитие зрительного гнозиса. Например, «Разрезные картинки», «Выбор недостающего фрагмента изображения», «Чего здесь не хватает?», «Дорисуй предмет до целого», «Что перепутал художник?», «Лабиринт» и др. [5, с.398].
  - Игры на развитие пальчиковой моторики [5, с.384].

Третий блок представлен кинезиологическими упражнениями из программы "Гимнастика мозга", которые дополнены игровыми и соревновательными моментами, специально подобранной музыкой, ритмическими стихами и текстами.

Рекомендуется включить в этот блок коммуникативные упражнения:

- Индивидуальные - направлены на восстановление и дальнейшее углубление контакта с собственным телом.
- Парные - способствуют «открытости» по отношению к партнёру, т.е. способности чувствовать, понимать и принимать его.
- Групповые - дают возможность ребёнку навыки взаимодействия в коллективе через организацию совместной деятельности [5, с.220].

Необходимо соблюдать некоторые условия во время проведения коррекционно-развивающих занятий. Занятия должны проводиться ежедневно в утреннее время в доброжелательной обстановке. Упражнения следует проводить стоя или сидя за столом, соблюдая точность выполнения движений и приемов.

Структура проведения каждого занятия имеет следующую форму:

- Часть упражнений (артикуляционная гимнастика, пальчиковая гимнастика, глазодвигательный праксис) проводится вместе с логопедом.
- Часть упражнений совместно с воспитателями или родителями ("Поиграем со своим телом", "Растяжки", "Море", "Пальчиковая гимнастика", "Глазодвигательный праксис", "Механическая гимнастика для рук") [5, с.461].

Перед специалистами, работающими с детьми с общим недоразвитием речи, стоят и общеобразовательные, и коррекционные задачи. Первые, определяются и решаются воспитателем путём выполнения требований основной общеобразовательной программы дошколь-

ного учреждения. Решение коррекционных задач невозможно без тесного сотрудничества воспитателя с учителем-логопедом и другими специалистами, без создания единого подхода в коррекционно-воспитательной работе. Поэтому первичное знакомство и отработка упражнений проводится воспитателем группы совместно с учителем-логопедом. Затем кинезиологические упражнения можно применять и на фронтальных занятиях (например, физкультурные паузы), и на индивидуально-подгрупповых (например, дидактическая игра). Такая совместная работа обеспечивает полноценное развитие ребенка.

Для достижения максимально положительных результатов в развитии ребёнка недостаточно ограничиться только работой, проводимой профессионалами в стенах детского сада. Многие зависит и от усилий близких людей, особенно родителей, которые крайне заинтересованы в укреплении здоровья своих детей. Коррекционно-развивающий процесс не должен останавливаться, и когда дети в силу разных обстоятельств временно не посещают дошкольное учреждение, ведь многие методики можно применять и дома. Задача специалистов – разъяснить родителям, как и для чего нужны те или иные упражнения и помочь правильно организовать занятия. Тогда коррекционно-развивающий процесс достигнет максимального успеха. Поэтому мы обучали и родителей комплексу кинезиологических упражнений, чтобы они дома могли заниматься со своими детьми.

По завершению проекта мы увидели, что экспериментальная группа показала большую динамику по всем направлениям работы. А также у детей выросли потенциальные возможности как познавательной, так и в личностной сфере.

По итогам проекта у детей улучшилась память и концентрация внимания, улучшилась речь, снизилась утомляемость, повысилась способность к произвольному контролю, активизировались интеллектуальные и познавательные процессы.

Таким образом, разработанная и реализованная нами коррекционная работа, направленная на формирование и развитие сенсомоторных процессов и развития речи через кинезиологические упражнения, оказывается эффективной. Мы считаем, что этот проект может быть использован не только в коррекционных группах, но и в общеобразовательных.

#### ЛИТЕРАТУРА

- Денисон П., Денисон Г., Гимнастика ума. М., 1993
- Колганова В.С., Пивоварова Е.В. Нейропсихологические занятия с детьми. Практическое пособие в двух частях. М. Айрис-пресс, 2019
- Матюгин И.Ю., Аскоченская Т.Ю., Бонк И.А., Как развивать внимание и память Вашего ребенка. М., 1994.

4. Никольская И.Л., Гимнастика для ума. М., 1997
5. Семенович А.В., Нейропсихологическая диагностика и коррекция в детском возрасте. М., 2018
6. Сунцов А.В., Курдюкова С.В., Изучаем пространство с нейропсихологом. М., 2015

© Кузьмина Мария Анатольевна (ma.kzn@mail.ru), Храброва Светлана Ивановна (sih3101@mail.ru).

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»



Южный федеральный университет