(cc) BY


***Михалева Татьяна Викторовна***
студентка
***Добря Марина Яковлевна***
канд. филол. наук, доцент, преподаватель

ФГБОУ ВО «Хакасский государственный университет им. Н.Ф. Катанова»
г. Абакан, Республика Хакасия

# КИНЕЗИОЛОГИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ПРОИЗВОЛЬНОСТИ ВНИМАНИЯ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

***Аннотация****: в статье затрагивается тема формирования и развития внимания у дошкольников с задержкой психического развития. В качестве исследовательской задачи авторами была предпринята попытка оценить влияние кинезиологических упражнений на произвольное внимание детей с ЗПР.*

***Ключевые слова****: кинезиологические упражнения, произвольное внимание, задержка психического развития, ЗПР.*

Внимание – важный психический процесс, выступающий условием успешного осуществления любой деятельности детей (внутренней и внешней). Как необходимое условие в окружающей действительности внимание играет важную роль, особенно для обучения.

В жизни человека внимание имеет огромное значение. Именно благодаря вниманию наши психические процессы полноценны. Внимание даёт нам возможность в полном смысле слова воспринимать окружающее, ему присуща определяющая роль в отборе содержаний сознательного опыта, запоминания и научения.

Работы исследователей (В.А. Артемов, П.П. Блонский, П.Я. Гальперин, Ю.Б. Гиппенрейтер, К.Д. Ушинский и др.) внесли наибольший вклад в изучение


Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

внимания. П.Я. Гальперин, Н.Ф. Добрынин, Н.В. Дубровинская, С.Л. Кабыльницкая и др. отводят произвольному вниманию важнейшую роль в развитии личности человека.

Отечественный психолог Н.Д. Добрынин в своих трудах подчёркивает, что внимание – особый вид психической деятельности, который выражается в выборе и поддержании тех или иных процессов этой деятельности.

Произвольное внимание – это сосредоточение на объекте, которое сознательно регулируется и направляется требованиями деятельности. Наиболее важными свойствами произвольного внимания большинство психологов (Б.Г. Ананьев, Н.Ф. Добрынин, С.Л. Рубинштейн) считают устойчивость и концентрацию.

На этапе дошкольного детства возникновение и развитие у ребёнка произвольного внимания является одним из важнейших приобретений личности. Будучи связанным с формированием у ребёнка волевых качеств, оно так же находится в тесном взаимодействии с его умственным развитием.

ЗПР – это нарушение нормального темпа психического развития, отставание его от принятых психологических норм для определенного возраста. Исследователи называют следующие особенности внимания детей с задержкой психического развития: неустойчивость внимания, сниженная концентрация, снижение объема внимания, сниженная избирательность внимания, сниженное распределение внимания, повышенная отвлекаемость.

При этом в научной литературе отмечается, что одним из инновационных подходов являются кинезиологические упражнения, которые направлены на активизацию различных отделов коры головного мозга, его больших полушарий.

Кинезиологические упражнения направлены на развитие произвольного внимания у детей, поскольку в их основе лежит физическая нагрузка на разные части тела. Упражнения максимально способствуют развитию всех свойств произвольного внимания (переключаемость, концентрация, объём, распределение, устойчивость).


Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Исследования С.Л. Рубинштейна на устойчивость внимания дошкольников показали, что её рост особенно интенсивен от трёх до семи лет. Основной особенностью детей старшего дошкольного возраста является то, что их произвольное внимание достаточно неустойчиво. Ребенок легко отвлекается на посторонние раздражители. Но по сравнению с младшим дошкольным возрастом, устойчивость внимания в период старшего дошкольного возраста увеличивается в два раза. Так, у годовалого ребёнка наибольшая длительность игр – 14 минут, в возрасте трёх лет – 27 минут, а у шести-, семилетнего ребёнка продолжительность игры может достигать часа и дольше, продолжительность образовательной деятельности – 30 минут. Поддержание устойчивости внимания, фиксация его на объекте определяется развитием любознательности, познавательных процессов.

Наблюдения над отвлечениями ребёнка от игры также показали быстрый рост концентрации внимания в старшем дошкольном возрасте. Так, в то время как у трёхлетнего ребёнка в течение 10 минут было зафиксировано три отвлечения, у пятилетнего их было меньше двух, в возрасте семи лет– только одно отвлечение. Количество ошибок при выполнении задания снижается до 10 и менее.

Развитие внимания старших дошкольников связано с тем, что изменяется организация их жизни, они осваивают новые виды деятельности (игровую, трудовую, продуктивную).

Внимание ребёнка в период дошкольного детства отражает его интерес к окружающим предметам и выполняемыми с ними действиями. В начале дошкольного возраста (2–3 года) у ребёнка преобладает непроизвольное внимание, к 5–7 годам проявление внимания носит произвольный характер. Следует отметить, что, начиная со старшего дошкольного возраста, дети становятся способны удерживать внимание на действиях, начинающих приобретать для них интеллектуально значимый интерес (игры-головоломки, загадки, задания учебного типа). Устойчивость внимания в интеллектуальной деятельности заметно возрастает к 7 годам. К концу дошкольного возраста у детей способность произвольного внимания начинает интенсивно развиваться. В дальнейшем произвольное внимание



Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

становится непременным условием успешной организованной учебной деятельности. Нужно сказать, что сам процесс получения знаний у детей старшего дошкольного возраста способствует быстрому росту произвольного внимания, развивающемуся у них, главным образом, на основе возникновения интересов, в частности интереса к учебной деятельности.

Чтобы поддержать активность *детей с ЗПР, развить* их мыслительные процессы, преодолеть имеющиеся у *дошкольников нарушения*, укрепить психофизическое здоровье, в последние годы в области коррекционной педагогики активно разрабатываются вопросы использования методов *кинезиологии* для проведения комплексной психокоррекционной работы.

*Кинезиология – наука о развитии умственных* способностей и физического здоровья через определенные двигательные упражнения.

*Кинезиология направлена на то*, чтобы *развить* связи между правым и левым полушарием и добиться гармоничного *развития их у ребенка*. Следовательно, *развивающая* работа на основе методов *кинезиологии* направлена от движения к мышлению и здоровью.

Использование *кинезиологических* игр и упражнений способствует не только интеллектуальному, но и психическому *развитию детей*. *Кинезиологические* упражнения совершенствуют механизмы адаптации детского организма к внешней среде, снижают заболеваемость и делают жизнь ребенка более безопасной благодаря таким качествам, как ловкость, сила, гибкость; готовят ребенка к школе, постепенно приучают его выдерживать нагрузки, проявлять волю; способны помочь ребенку справляться со стрессовыми ситуациями и постоять за себя в непростой жизни.

Главный ключ к *развитию* способностей ребенка – «*гимнастика мозга*». Важнейшим требованием методики «Гимнастика мозга» выступает четкость выполнения специальных приемов и движений. Притом их влияние имеет как незамедлительный, так и накапливающийся эффект, который способствует увеличению умственной работоспособности и совершенствованию интеллектуальных процессов.


Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Кинезиологические упражнения направлены на развитие различных систем координации движений и психофизических функций. В качестве примера можно привести координацию «глаза-руки», которая участвует в зрительной работе, в работе мелкой и крупной моторики рук при письме, рисовании, в общении.

Таким образом, внимание выступает одним из основных психических процессов, обеспечивающих успех учебной деятельности. Поэтому мониторинг уровня развития внимания старших дошкольников является важнейшей задачей детского психолога. Еще более важной задачей является коррекционно – развивающая работа с детьми, имеющими проблемы в развитии внимания.

По мере дальнейшего развития внутренние речевые и интеллектуальные процессы ребенка становятся настолько сложными и автоматизированными, что перевод внимания с одного объекта на другой перестает требовать специальных усилий и приобретает характер той легкости и, казалось бы, «непроизвольности», которую ощущаем все мы, когда в нашем мышлении легко переходим с одного объекта на другой или когда оказываемся в состоянии длительно сохранять напряженное внимание по отношению к интересующей нас деятельности.

Методы кинезиологии совершенствуют механизмы адаптации детского организма к внешней среде, способствуют развитию у детей таких качеств, как ловкость, гибкость, выносливость. Польза, которую приносят эти упражнения, – колоссальная. Такие задания не только развивают нервные связи, но и веселят детей, доставляя им удовольствие.

***Список литературы***

1. Баркина О.Ю. Бинарная деятельность логопеда и психолога с элементами образовательной кинезиологии/ О.Ю. Баркина, М.Н. Грачева // Воспитание и обучение детей младшего возраста. – 2016. – №5. – С. 399–401. – EDN WFQEWF

2. Гиппенрейтер Ю.Б. Психология внимания / Ю.Б. Гиппенрейтер, В.Я. Романова. – М.: ЧеРо, 2001. – 858 с.



Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

3. Деннисон П. Гимнастика мозга. Книга для учителей и родителей / П. Деннисон, Г. Деннисон. – СПб.: Весь, 2017. – 320 с.

4. Марковская И.Ф. Задержка психического развития церебрально-органического генеза (клинико-психологические корреляции): автореф. дис. канд. мед. наук / И.Ф. Марковская. – Л., 1982. – 22 с.

5. Светлова И.Е. Развиваем мелкую моторику и координацию движений рук / И.Е. Светлова. – М.: Знание, 2004. – 11 с.

6. Стребелева Е.А. Специальная дошкольная педагогика / Е.А. Стребелева. – М.: Медиа, 2002. – 114 с.

7. Шевченко Ю.С. Коррекция поведения детей с гиперактивностью и психопатоподобным синдромом / Ю.С. Шевченко. – М., 1997. – 206 с.


Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)