

ЗНАЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ КИНЕЗИОЛОГИИ В РАБОТЕ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА С ДЕТЬМИ С ЗАДЕРЖАННЫМ ПСИХОРЕЧЕВЫМ И ПСИХОМОТОРНЫМ РАЗВИТИЕМ

Киятова Наталья Александровна

педагог-психолог ГБУ «Северодвинский реабилитационный центр для детей с ограниченными возможностями «Ручеек»», РФ, г.Северодвинск

The importance of the educational kinesiology in the work of psychologist with children with delayed speech and psychomotor development

Natalia Kiyatova

psychologist GOU «Severodvinsky rehabilitation center for children with disabilities " Trickle»»,
Russia, Severodvinsk

Аннотация. В настоящей статье раскрыты особенности и возможности образовательной кинезиологии в практике работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья. Описано своеобразие и основные результаты использования технологии.

Abstract. This article describes the features and possibilities of educational kinesiology in the practice of working with children with disabilities. The originality and the main results of the technology use are described.

Ключевые слова: образовательная кинезиология; мышечная связь; гимнастика мозга; межполушарное взаимодействие; баланс.

Keywords: educational kinesiology; muscle communication; gymnastics of the brain; megalocornea interaction; balance.

В последнее время в нашей стране среди педагогов и психологов все чаще звучит термин «кинезиология», хотя многие специалисты до сих пор не знакомы с его значением.

Термин «кинезиология» применяется в различных направлениях, где задействовано тело. Особенно хорошо кинезиология изучена в спорте, в медицине и в обучении, набирает популярность метод и в психологии. Если обратиться к прямому значению слова, то «кинезиология» («кинезио» – движение, «логос» – наука) понимается как наука о движении.

Кинезиология - это оздоровительная холистическая система оказания человеку физической, психической, моральной и духовной поддержки немедикаментозными методами путем перевода его в положительное эмоциональное состояние с помощью специфического мануально-вербально-невербального общения. Это общение основано на поддержании постоянной мышечной связи между корректором и корректируемым с помощью неосознанно

контролируемого с обеих взаимодействующих сторон и взаимно изменяемого динамического мышечного тонуса. Мышечный тонус при этом является индикатором как осознанного, так и неосознаваемого эмоционального состояния корректируемого.

Согласно взглядам Т.В. Колтошовой [3], любая новая теория при рождении уже вбирает в себя результаты исследований и достижения современной науки, так же и кинезиология получила широкую теоретическую базу еще до ее появления.

Еще Аристотель описал действие мышц и провел анализ данных движений. Позднее его взгляды развивали и углубляли такие философы и ученые, как Гален, Галилей, Ньютон и Борели. Перечисленные авторы пришли к выводу, что движения людей представляют собой последовательное взаимодействие мышц и сил внешней среды, что впоследствии явилось предпосылкой для разработки вопросов диагностики мышечных движений и зажимов с целью анализа психофизического состояния субъекта. Есть исторические сведения о том, что наблюдения за состоянием движения мышц использовали ещё племена майя, выбирая наиболее приемлемое воздействие в случае болезни человека.

В начале прошлого века врачи-супруги Кендалл отметили, что мышцы тела могут изменять свой тонус при колебаниях психологического состояния людей или телесном воздействии. Данные аспекты стали анализироваться более подробно в диагностическом направлении. Позднее, руководствуясь обозначенными исследованиями, врач-остеопат Дж. Гудхарт разработал направление «прикладная кинезиология», которое стало первым и ведущим в плане реализации коррекционно-развивающего кинезиологического воздействия [2].

Важно также подчеркнуть достижения представителей отечественной науки в плане развития знаний о движении, которые также вошли в основу кинезиологической теории: в работах И.М. Сеченова описана взаимосвязь физиологических процессов и психических явлений, П.К. Анохин в своей теории функциональных систем описал содержание взаимозависимости механизмов умственной и двигательной деятельности, Н.А. Бернштейн разрабатывал основы теории управления движениями и обосновал ведущую роль афферентных систем [3].

В процессе собственного развития прикладная кинезиология приобрела разнообразные формы и включилась в различные направления жизнедеятельности людей. Прежде всего, кинезиология находит широкое применение в медицине (за счет того, что помогает инструментально определить, от чего движение оказалось нарушенным и что необходимо сделать, чтобы его восстановить) [5].

Учитывая широту воздействия на физическое, психическое и эмоциональное состояние людей, кинезиология во многих странах стала важнейшей частью системы здравоохранения и образования как в качестве самостоятельного направления, так и в виде вспомогательного метода воздействия в области медицины, педагогики, психологии и психотерапии.

На настоящий момент набирают популярность разновидности прикладной кинезиологии, заявляющие о связи мышечного напряжения (тонуса) с психоэмоциональным состоянием человека, с уровнем переживаемого стресса и предлагающие способы корректирующего воздействия. Эти разновидности соотносятся с психокоррекцией и телесно-ориентированной терапией. Их развивали ученики и последователи Дж. Гудхарта. Например, таковы направления кинезиологии «Единый Мозг / Концепция Три в Одним» («One Brain / Three in One Concepts»), «Целебное прикосновение» («Touch for Health», «TFH»), «Образовательная кинезиология» («Edu-K») и другие.

Образовательная кинезиология – это удивительная технология, необходимая в работе психолога с детьми с ограниченными возможностями здоровья и взрослыми, поскольку активизирует работу системы «тело-интеллект». В данной программе психические процессы развиваются через движения, что полагается более естественным и эффективным.

Данная методика разработана психологом и педагогом Полом Дэннисоном еще в 60-х годах, которая была названа «Гимнастика мозга». Исследователь много практиковал с детками, которым ставили диагноз «слабоумие». И практиковал успешно, доказав что любого ребенка можно «включить» в работу, учить осваивать физические движения и задействовать два

полушария мозга. При всей своей простоте методика дает удивительные результаты.

Дети познают окружающий мир через личные ощущения и движения. Мыслеформы, тело и чувства тесно связаны между собой. Всё движется эмоциями – работа мозга, внимание, фокусировка, память, восприятие, усердие, собранность и прочее. Поэтому и процесс обучения подвластен эмоциям и движется по спирали.

Для восстановления равновесия «мозг – тело» нужно разблокировать доступ к двум полушариям, высвободить застоявшуюся энергию, чтобы привести к восстановлению каналов взаимосвязи. Упражнения в рамках технологии образовательной кинезиологии помогают снизить стрессовый прессинг и улучшить процесс обучения. Образовательная кинезиология – современное направление терапии, при котором проводится энергетическая коррекция, используя движения и дыхание, с помощью которой устраняются проблемы в обучении и психоэмоциональном развитии детей. С помощью упражнений и нагрузок в кинезиологии можно решить ряд проблем в обучении, улучшить сообразительность, память и внимание, навыки письма, счета и чтения, раскрыть творческие способности и внутренний потенциал.

Технология образовательной кинезиологии, получившая название «От движения к мышлению!» была успешно апробирована автором в течение трех лет работы с разными категориями детей с ограниченными возможностями здоровья. Преимущественно адресатами были дети с задержанным психоречевым и психомоторным развитием в возрасте от 5 до 10 лет. Целью работы с ними было созданий условий для развития психической сферы детей через специально организованные кинезиоупражнения.

Обращение к данному направлению было обосновано тем, что важнейшей проблемой на современном этапе является увеличение количества детей с патологией речи, познавательных процессов и т.д. Проводимая работа позволяла помочь восстановить у ребенка некий баланс, т.е. равновесие между мышлением, телом и эмоциями, где каждая часть вносит свой вклад в развитие. В условиях дисбаланса (стресса) приток крови к коре головного мозга либо блокируется, либо ухудшается, что приводит к плохой взаимосвязи между собой двух полушарий и к непроизвольному отключению некоторых органов чувств. В результате ребенку тяжело думать и действовать одновременно.

«От движения к мышлению!» – это уникальная технология, при которой развивающая работа была направлена от движения к мышлению, а не наоборот. Нас раньше учили, что нужно вначале подумать, а потом сделать. Так вот, можно иначе, если речь идет о методах в кинезиологии. Научите детей сначала последовательно и целенаправленно работать руками, ногами и телом, как умные мысли сами начнут «посещать голову». Исследования ученых и практические результаты работы доказали стопроцентную правоту этих слов.

Суть упражнений состоит в том, что они позволяют создавать новые нейронные связи и улучшают совместную работу двух полушарий головного мозга. Правое полушарие отвечает за гуманитарные науки, образное мышление, творческий подход, координацию движений и пространственное восприятие. Левое полушарие отвечает за математический и аналитический склад ума, речь, за восприятие слуховой информации, постановку целей и проработку четких программ. Баланс – это работа сразу двух полушарий тесно связанных между собой системой нервных волокон, которое называют мозолистым телом. Именно оно является связующим звеном по обмену информации между полушариями. Если нарушается проводимость энергии через мозолистое тело, то одно полушарие берет на себя почти всю нагрузку, а другое полушарие блокируется. Обычно блокируется именно левое полушарие и ребенок не способен мыслить, повышать эрудицию, быстро соображать, у него не срабатывает смекалка и конструкторская мысль.

В основу разработки используемой автором технологии заложены представления о гармоничном развитии психики ребенка в онтогенезе, о последовательной активизации зон мозга и целесообразности своевременного (не раньше и не позже) развития моторных, сенсорных, мыслительных функций. В отличие от традиционных психолого-педагогических методик, в ходе работы детям не предлагалось прямых заданий на стимулирование функций внимания, памяти и т.п., воздействие было построено с учетом возрастных и индивидуальных особенностей каждого ребенка.

В качестве способов проверки результатов эффективности используемой технологии используются традиционные нейропсихологические методики: проба Озерецкого, проба Хеда. Может применяться также оценочный лист для освоения упражнений, анкетирование родителей, анализ видеозаписей. Нейропсихологическая диагностика проводится в начале и по окончании цикла.

Технология образовательной кинезиологии может быть использована учителями-дефектологами, психологами и другими специалистами, работающими с детьми с ограниченными возможностями. Она предполагает проведение индивидуальных и групповых занятий, а также тесное взаимодействие с родителями (им показывают упражнения для регулярного повторения и закрепления дома).

Педагогическая целесообразность образовательной технологии объясняется тем, что под влиянием кинезиологических тренировок в организме происходят положительные структурные изменения. При этом, чем более интенсивной была даваемая детям нагрузка (но оптимальная с точки зрения их возможностей и самочувствия), тем значительнее были в итоге эти изменения. Сила, равновесие, подвижность, пластичность нервных процессов осуществлялись по итогам работы на более высоком уровне. Совершенствовалась регулирующая и координирующая роль нервной системы. Упражнения программы позволяли расширить возможности деятельности головного мозга ребенка, активизировать компенсаторные механизмы.

Список литературы:

1. Деннисон П. и Г. «Гимнастика мозга». Книга для учителей и родителей. – СПб.: ИГ «Весь», 2018.
2. Заварзина Т.С. Кинезиология – современный метод интегративного подхода к восстановлению здоровья в условиях санаторно-курортного лечения. Практическая кинезиология. Путеводитель по жизни. – 2013. №1.
3. Колтошова Т.В. Предпосылки теоретического осмысления понятия кинезиологии в физическом воспитании студентов. Вестник Томского государственного университета. – 2015. № 396.
4. Ти Д. Кинезиология: Оздоровляющее прикосновение. – М.: Восхождение, 1998.
5. Ханнфорд К. Мудрое движение. Мы учимся не только головой. – М.1999.