

физиологии, умственного развития, интересов учащегося; учитывается интерес ребёнка к выполнению того или иного задания (хочет играть польку — играет, с другими музыкальными формами произведений знакомимся для общего развития); с каждым учеником и ансамблевой группой занятия проходят индивидуально в отдельном кабинете, что способствует постоянной тесной связи «учитель—ученик», когда педагог имеет возможность увидеть и учесть любые нюансы поведения, настроения, физического состояния учащегося; отметки на музыкальных занятиях не выставляются.

Заключение. Обобщая опыт проведения музыкальных занятий с учащимися с ТО в условиях интегрированного обучения и воспитания, можно добиться высоких результатов при соблюдении следующих условий: индивидуальный подход к каждому ребёнку, систематичность занятий.

УДК 373.2:376

М. А. Рутковская

Государственное учреждение специального образования «Центр коррекционно-развивающего обучения и реабилитации Барановичского района» д. Ястрембель, Барановичский район

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ КИНЕЗИОЛОГИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ В ПРОЦЕССЕ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ В СПЕЦИАЛЬНЫХ ДОШКОЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ

Введение. Анализ философской, психолого-педагогической литературы позволяет сделать вывод о том, что к жизненно важным интересам государства относятся здоровье и жизнь граждан, так как здоровье населения всегда выступало индексом социального благополучия общества.

Дошкольный возраст является определяющим в формировании основ физического и психического здоровья. Здоровье современных дошкольников формируется под воздействием факторов, важнейшими из которых являются биологические (включая наследственность), экологические, социальные (образ жизни, условия воспитания и обучения, уровень медицинского обслуживания). Надо отметить и роль так называемых «управляемых факторов» — окружающей среды и санитарно-гигиенических условий, т. е. факторов, влияющих на жизнь, здоровье дошкольников.

Поиск эффективных способов сохранения и укрепления здоровья дошкольников должен «предусматривать повышение роли родителей в оздоровлении детей, приобщении их к здоровому образу жизни, создание традиций семейного физического воспитания. Важное место в решении этих социально значимых задач занимает детский сад, который может выступить в роли своеобразного центра пропаганды здорового образа жизни, воспитания культуры семьи, формирования у родителей знаний, умений и навыков по различным аспектам сохранения и укрепления здоровья как детей, так и взрослых» [1, с. 3]. Положительная динамика показателей, характеризующих не только здоровье детей, но и направленность личности на здоровый образ жизни, возможна только в том случае, если будет организована совместная работа родителей воспитанников и педагогических работников специальных дошкольных учреждений.

В учреждениях специального образования особое значение приобретает поиск оптимальных форм и методов работы с детьми с особенностями психофизического развития (ОПФР) в целях сохранения их здоровья и способствования его укреплению.

Основная часть. Здоровьесберегающие образовательные технологии, по мнению исследователей, можно рассматривать как технологическую основу здоровьесберегающей педагогики — одного из новых направлений современного педагогического знания, как совокупность форм, методов и приёмов организации обучения, воспитания и развития. В науке определены средства физического воспитания и развития ребёнка, которые приемлемы и в здоровьесберегающей педагогике: оздоровительные силы природы, гигиенические факторы, средства двигательной направленности. Их комплексное использование позволяет решать педагогические задачи в процессе оздоровления детей с ослабленным организмом, так как они в процессе обучения зачастую испытывают утомление. Если педагог в работе с детьми, испытывающими переутомление, не использует здоровьесберегающие технологии, то это может приводить к систематическому перенапряжению нервной системы, а в дальнейшем возникает угроза психического переутомления. В результате такие дети малоподвижны и испытывают большой дефицит двигательной активности.

Недостаточность движений является неблагоприятным фактором, препятствующим полноценному, гармоничному развитию человека. У малоподвижных детей значительно снижается иммунитет против инфекций, в результате чего они чаще болеют простудными заболеваниями, наблюдается повышенная утомляемость и низкая физическая работоспособность.

Физические упражнения и двигательная активность являются идеальным средством снятия чрезмерного нервного напряжения. Исследователи Е. Г. Мильнер, И. Г. Скачков, А. Г. Хрипкова считают, что физические упражнения оптимизируют нервно-психическое состояние сердечно-сосудистой системы, положительно влияют на организм и всю его деятельность, нормализуют сон, активизируют память и интеллект [2; 3]. Практика подтверждает

эффективность реализации задач здоровьесберегающих технологий через использование кинезиологических упражнений при организации и проведении занятий в дошкольных учреждениях специального образования.

Современные кинезиологические методики направлены на активизацию различных отделов коры больших полушарий, что позволяет развивать способности человека или корректировать проблемы в различных областях психики. «Образовательная кинезиология — это наука о развитии умственных способностей и физического здоровья через определённые двигательные упражнения» [4, с. 26].

Кинезиотерапия базируется на естественной биологической функции организма — движении, — на исследовании мышечных сокращений и нервно-мышечных связей, которые у больного человека изменяются, что приводит к нарушению вегетативно-энергетического баланса организма в целом и вызывает нарушение проводимости электрических импульсов в головном мозге. Специальные кинезиологические упражнения позволяют активизировать межполушарные взаимодействия, приводят к гармонизации баланса жизненной энергии у человека и обладают оздоравливающим и антистрессовым эффектом, снижают утомляемость, повышают способность к произвольному контролю, улучшают мыслительную деятельность, память и внимание [4].

На практике для развития головного мозга успешно используется кинезиологическая гимнастика для детей, в том числе детей с ОПФР. Это связано с тем, что отмечается одновременность работы полушарий. В свою очередь это способствует активному развитию психики ребёнка на основе внутренних ресурсов.

В кинезиологии выделены базовые принципы, этические нормы: ненасилие, достижение компромиссов, добровольное согласие, оказание помощи, доброжелательность, право выбора, проверка на безопасность.

Так, П. И. Деннисон и Г. И. Деннисон в кинезиологическую гимнастику включают:

– дыхательные упражнения, которые улучшают ритмирование организма, развивают самоконтроль и произвольность. Особенно эффективны дыхательные упражнения для коррекции детей с синдромом дефицита внимания и гиперактивности;

– глазодвигательные упражнения, которые позволяют расширить поле зрения, улучшить восприятие. Однонаправленные и разнонаправленные движения глаз и языка развивают межполушарное взаимодействие и повышают энергетизацию организма. Известно, что разнонаправленные движения глаз активизируют процесс обучения;

– коррекционные движения тела и пальцев обеспечивают развитие межполушарного взаимодействия, снятие синкинезий и мышечных зажимов. Известно, что центром тонкой моторной координации является лобная доля мозга, отвечающая также за внутреннюю речь и самоконтроль [5].

Развитие пальцевой моторики подготавливает почву для последующего формирования речи. Поскольку существует тесная взаимосвязь и взаимозависимость речевой и моторной деятельности, то при наличии речевого дефекта у ребёнка особое внимание необходимо обратить на тренировку его пальцев. Таким образом, роль двигателя развития центральной нервной системы, всех психических процессов и, в частности, речи, играет формирование и совершенствование тонкой моторики кисти и пальцев рук. Для развития мелкой моторики рук детям предлагаются следующие упражнения: «Колечко», «Кулак—ребро—ладонь», «Поклон пальчиками», «Бусинки», «Человечек», «Карандаши», «Змейки», «Пальчики здороваются», «Орех». Нельзя забывать о регулярных занятиях с пластилином или тестом, во время которых ребёнок укрепляет и развивает мелкие мышцы пальцев. Большая часть двигательной (моторной) коры больших полушарий участвует в мышечных движениях гортани, языка, рта, челюсти, которые формируют речь. Используя упражнения, построенные на движениях языка и челюсти («Лошадки», «Орешки за щеками», «Вкусное варенье», «Почистим зубы», «Часики», «Качели»), у ребёнка постепенно вырабатывается четкая координация движений артикуляционного аппарата. Движения языка и губ становятся более точными. Целесообразно учебное занятие начинать с проведения физкультминутки, где за несколько минут учащиеся выполняют 2—3 упражнения под музыку или с речёвкой. На занятиях, где детям требуется проявлять повышенное внимание и усидчивость, двухминутные физкультпаузы снимут усталость, нормализуют психические процессы. Такая работа необходима для повышения умственной работоспособности детей и снятия у них мышечного статического напряжения.

Заключение. Кинезиологические упражнения — это комплекс движений, позволяющих активизировать межполушарное взаимодействие, что очень важно при организации и проведении занятий с дошкольниками в учреждениях специального образования. Под влиянием кинезиологических упражнений в организме происходят положительные структурные изменения. Данные упражнения позволяют выявить скрытые способности ребёнка и расширить границы возможностей его мозга.

Список цитируемых источников

1. Гаврючина, Л. В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ : метод. пособие / Л. В. Гаврючина. — М. : ТЦ Сфера, 2008. — 160 с.
2. Мильнер, Е. Г. Формула жизни / Е. Г. Мильнер. — М. : Физкультура и спорт, 1992. — 111 с.
3. Хрипкина, А. Г. Возрастная физиология и школьная гигиена : пособие для студентов пед. ин-тов / А. Г. Хрипкина, М. В. Антропова, Д. А. Фарбер. — М. : Просвещение, 1991. — 319 с.
4. Сиротюк, Л. А. Коррекция обучения и развития школьников / Л. А. Сиротюк. — М. : ТЦ Сфера, 2001. — 80 с.
5. Деннисон, П. И. Образовательная кинестетика для детей : базовое пособие по образоват. кинезиологии для родителей и педагогов, воспитывающих детей разного возраста / П. И. Деннисон, Г. И. Деннисон ; пер. с англ. — М. : Восхождение, 1998. — 85 с.