

Корекція психофізичного стану старших дошкільників із різною руховою асиметрією як педагогічна проблема

Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка (м. Кам'янець-Подільський)

Постановка наукової проблеми та її значення. Аналіз останніх досліджень. Національно-культурне відродження України актуалізувало багато проблем життєдіяльності суспільства. Однією з важливих є дошкільне виховання, оскільки саме на цьому етапі закладаються основи фізичного, духовного, інтелектуального й творчого розвитку особистості [16].

Успішне вирішення поставлених перед дошкільними навчальними закладами завдань не можливе без належного психофізичного стану дітей [9; 11; 12]. На сучасному етапі він відзначається значними відхиленнями від норми, передусім зниженням фізичного здоров'я, темпів біологічного розвитку, посиленням дисгармонійності загального розвитку [22] та збільшенням кількості захворювань соматичної й психічної етіології [25].

Розв'язанню проблеми значною мірою може сприяти фізичне виховання, оскільки є одним із важливих чинників покращення більшості зазначених показників у старших дошкільників [4; 5]. Важливою в цьому аспекті є реалізація диференційованого й індивідуального підходів у процесі фізичного виховання дітей [21; 24]. Зазначене ґрунтується на даних про суттєві відмінності дітей 3–6 років, передусім за морфофункціональними показниками [6; 8; 20], а також за соматотипами [10; 18], які є комплексною характеристикою розвитку та функціонування систем індивіда на різних етапах онтогенезу [6; 17].

Водночас майже не вивчене [19] питання ефективності впливу на психофізичний стан дошкільників з урахуванням їх рухової асиметрії, хоча дослідженню останньої присвячено значну кількість робіт. Зокрема, виявлено, що рухова асиметрія відзначається надзвичайно складним виявом, у тому числі в право- й ліворуких [14]; залежно від статі [27]; у зв'язку з виявом певних видів координації [15]. Щодо вивчення в комплексі показників психофізичного стану дітей 4–5 років, ураховуючи їхню рухову асиметрію та соматотипи із використанням лонгітюдинального дослідження, то такі роботи відсутні. Усе вищезазначене зумовило необхідність проведення відповідного дослідження.

Роботу виконано відповідно до Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту на 2006–2010 рр. Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту за темою 3.1.1 “Теоретико-методичні та програмно-нормативні основи фізичного виховання учнів та студентів” (номер державної реєстрації 0107U000771).

Мета дослідження – вивчити на теоретичному рівні стан розв'язання проблеми покращення психофізичного стану старших дошкільників з урахуванням їх рухової асиметрії.

Відповідно до мети виділено такі **завдання**:

1. Визначити за даними наукової літератури стан розв'язання проблеми покращення психофізичного стану дошкільників у процесі фізичного виховання з урахуванням їх рухової асиметрії.
2. Вивчити існуючі підходи до підвищення ефективності використання фізичних вправ у корекції психофізичного стану дошкільників з урахуванням їх рухової асиметрії.

Методи дослідження. Для вирішення поставлених завдань використовували такі загальнонаукові методи: аналіз, систематизацію та узагальнення наукових літературних джерел.

Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження. На сучасному етапі наука все більше уваги приділяє проблемі рухової асиметрії, тобто активнішої участі однієї з півкуль головного мозку, у нашому випадку – під час виконання різних рухових завдань. Одним із виявів такої асиметрії є надання людиною переваги лівій або правій руці (нозі, напрямку) під час виконання рухів або рухових дій.

Така увага пов'язана з тим, що до недавнього часу аксіомою в процесі навчання дітей було виконання ними різних рухів (рухових дій) правою рукою. Водночас виявлено [27], що в перші роки навчання в школі ліворукими були 13,3 % хлопчиків та 10 % дівчаток. Із віком їхня кількість

зменшувалася, склавши в 14 років, відповідно, 4,4 % і 4,1 %, тобто інші з виокремлених дітей були перенавчені виконувати різні рухи й рухові операції правою рукою.

Ліворукість формується під час внутрішньоутробного розвитку, а закріплюється з часом. При цьому новонароджені є амбидекстрами, тобто вони не надають перевагу одній руці порівняно з іншою [2]. Така перевага формується після трьох років життя, але вона є нестабільною, оскільки в подальшому ліворукий може стати праворуким і навпаки. Лише на п'ятому році життя ліва рука майбутнього лівші (права – правші) починає перебирати на себе виконання більшості складних рухових дій і видів рухової діяльності. Вправляння в їх виконанні провідною рукою відбувається тривалий час, а завершується тільки в дорослому віці [28].

Зазначене підтверджується такими даними. Дослідження Н. Брагіної, Т. Доброхотової [3] свідчать, що здорових стовідсоткових лівшів (тобто у яких провідною є ліва рука, нога, око, вухо) зовсім не існує. Дещо іншими є дані окремих іноземних фахівців [26]: більшість людей праворукі, а ліворукі складають тільки 5–12 %. За даними МОЗ РФ [1], ліворукими є від 7 до 10 % дошкільників, у м. Києві – 13,3 % [23], з-поміж учнів початкової школи – 15–23 %, молоді 18–25 років – тільки близько 5 % [28].

Щодо іншої тенденції, то аналізом даних іноземних фахівців виявлено таке [1]: у 1928 р. з-поміж дорослого населення кількість ліворуких жінок складала 3,3 %, кількість чоловіків – 4,7 %, у 1940 р. – відповідно, 5,7 і 8,8 %, у 1973 р. – 8,8 % і 10,4 %; у 1979–1988 рр. – 12,4 % і 13,9 %. Іншими словами, протягом 50–60 років кількість ліворуких збільшилася майже вчетверо.

З іншого боку, зазначається [3], що рухову асиметрію необхідно розглядати не з позицій кращого розвитку правої (лівої) руки, а з позицій рухових центрів півкулі, що здійснює управління нею. Зокрема, у нейрофізіології ліворукість розглядають як одну із видимих ознак вияву функціональної асиметрії півкуль головного мозку [9]. Формується вона у філогенезі людини, а відзначається збільшенням спеціалізації кожної півкулі мозку, тобто наданні переваги правій або лівій руці, вияві особливостей у сприйнятті й переробці різної інформації. Така спеціалізація забезпечує високий рівень компенсаторних можливостей мозку, а відмінності в якості виконання рухів правою й лівою руками безпосередньо відображають нерівнозначність та специфіку функціонування півкуль мозку.

Водночас базовим стало уявлення, що ліва півкуля оперує словами чи іншими умовними знаками, права – образами й іншими невербальними сигналами, тобто їхня основна діяльність полягає в логіко-вербальному та просторово-образному мисленні, відповідно. Насправді явище асиметрії значно складніше, оскільки певні властивості притаманні одній півкулі, інші – двом, але різною мірою, а також усе зазначене характеризується складними взаємозв'язком і взаємодією.

Останні дані [3; 7; 8; 13] свідчать, що надання індивідом переваги правій руці пов'язано з функціональним об'єднанням коркових структур, тобто зі щільнішим зв'язком різних зон кожної півкулі та півкуль між собою. Ліворукі відзначаються більшою автономністю півкуль та менш жорсткою взаємодією коркових структур у кожній півкулі. Це створює передумови для формування великого різноманіття “ступенів свободи” у діяльності коркових структур, що сприяє гнучкішому, різноманітнішому, незапрограмованому вибору варіантів стратегії діяльності. Зазначене пояснює причину обрання ліворукими кожного разу не логічного шляху із дотриманням раніше визначеного алгоритму, а нового (іншого) шляху від постановки проблеми до її розв'язання, застосовуючи для цього, на перший погляд, недоцільні й нераціональні методи.

Із зазначеним пов'язують вищі творчі здібності ліворуких і водночас повільніше, ніж у праворуких, формування навичок діяльності, що потребують узаємодії обох півкуль [23]. У зв'язку з порушенням оптико-просторових, зорових, психомоторних і деяких інших функцій ліворукі діти часто виявляють труднощі в навчанні читання, письма, лічби [29]. Також вони відстають від праворуких у розвитку тонко координованих дій рукою та відзначаються нижчим рівнем зрілості кори великих півкуль. У зв'язку з останнім ліворукі діти не можуть тривалий час концентрувати увагу на одному об'єкті, у них низька швидкість її розподілу й переключення. Тому вони відзначаються меншим обсягом короткочасної, довготривалої, довільної й уявної пам'яті, не спроможні швидко орієнтуватися в ситуації, переходити від одного виду діяльності до іншого, їм складно одночасно виконувати комплекс дій, слідкувати за декількома явищами без втрати жодного з поля зору своєї уваги.

Ураховуючи асинхронний розвиток психічних функцій дітей, у ліворуких виявлено випередження емоційно-вольових, але відставання – психомоторних функцій і просторового сприйняття, а у зв'язку з першим – також швидша втома ніж, у праворуких дітей [1; 3].

Що стосується фізичного розвитку, то в певні періоди він відзначається суттєвими змінами функціональних можливостей організму, передусім фізичних якостей та загальної фізичної працездатності. При цьому в ліворуких дітей ширина нігтя мізинця, довжина лівої руки більші, а м'язи на ній і вени на внутрішній ділянці кисті – розвиненіші, що зумовлено виконанням більшого обсягу роботи порівняно з правою рукою [7]. Водночас навчання дітей із лівобічною асиметрією техніки виконання рухових дій ногою лише в правий бік, тобто непровідною ногою, сповільнювало збільшення тіла в довжину.

Порівняння профілів рухової асиметрії та показників адаптації систем організму до дозованих фізичних навантажень дало змогу виокремити групу учнів із низькою, середньою та задовільною адаптацією [8]. Водночас цими дослідженнями підтверджено факт кращої адаптації до фізичних навантажень, здатності до орієнтування в просторі та меншого вияву гіпертензії у важких кліматичних умовах, точнішого визначення під водою відстані до предмета ліворукими дітьми й підлітками порівняно з праворукими.

Висновки

1. Дані наукової літератури засвідчують збільшення на сучасному етапі кількості дітей, які відзначаються лівобічною руховою асиметрією, передусім у виконанні рухових дій руками.

2. Діти з провідною лівою рукою відрізняються від дітей із провідною правою рукою за комплексом психофізіологічних і деяких морфофункціональних показників, що зумовлює необхідність урахування існуючих особливостей у процесі їхнього навчання (в тому числі фізичної культури).

3. Відсутні дослідження, спрямовані на розроблення програм покращення психофізичного стану дітей із різною руховою асиметрією в процесі фізичного виховання в дошкільних навчальних закладах, що засвідчує їх актуальність і необхідність проведення.

Перспективи подальших досліджень. Подальші дослідження потрібно спрямувати на вивчення статево-вікових особливостей вияву та зміни показників фізичного розвитку, фізичної підготовленості, працездатності, здоров'я в дітей із різною руховою асиметрією на етапі старшого дошкільного віку.

Література

1. Безруких М. М. Если ваш ребенок левша : [учеб. пособие] / М. М. Безруких, М. Г. Князева. – Тула : “Арктоус”, 1996. – 78 с.
2. Безруких М. М. Проблемные дети : [учеб. пособие] / Безруких М. М. – М. : Изд-во “УРАО”, 2000. – 163 с.
3. Брагина Н. Н. Функциональные асимметрии человека : [монография] / Н. Н. Брагина, Т. А. Доброхотова. – М. : Медицина, 1988. – 237 с.
4. Вишневский В. А. Здоровьесбережение в школе (педагогические стратегии и технологии) / Вишневский В. А. — М. : Изд-во “Теория и практика физической культуры”, 2002. – 270 с.
5. Вільчковський Е. С. Фізичне виховання дітей у дошкільному закладі : [навч. посіб.] / Е. С. Вільчковський, О. І. Курок. – К. : ІЗМН, 2001. – 216 с.
6. Губа В. П. Морфобиомеханические исследования в спорте / Губа В. П. – М. : СпортАкадемПресс, 2000. – 120 с.
7. Доброхотова Т. А. Левши : [учеб. пособие] / Т. А. Доброхотова, Н. Н. Брагина. – М. : Книга Лтд, 1994. – 232 с.
8. Дубровинская Н. В. Психофизиология ребенка : психофизиологические основы детской валеологии : учеб. пособие [для студ. высш. учеб. заведений] / Дубровинская Н. В., Фарбер Д. А., Безруких М. М. – М. : Гуманит. изд. центр “ВЛАДОС”, 2000. – 144 с.
9. Ильин Е. П. Психология индивидуальных различий / Ильин Е. П. – СПб. : Питер, 2004. – 702 с.
10. Индивидуальная оценка физического развития детей-дошкольников 4–6 лет г. Волгограда : [метод. рек.] / под ред. В. Ю. Давыдова. – Волгоград : ВГИФК, 1990. – 15 с.
11. Интегральная индивидуальность человека и ее развитие : учеб. пособие / [под ред. Б. А. Вяткина]. – М. : ИПРАН, 1999. – 349 с.
12. Коваленко Т. Г. Социально-биологические основы физической культуры / Коваленко Т. Г. – Волгоград : Волгоград. гос. ун-т, 2000. – 224 с.
13. Коротка Г. П. Роль асиметрії головного мозку в регуляції рухових та вегетативних функцій організму : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. біол. наук : спец. 03.00.13 “Фізіологія людини і тварин” / Г. П. Коротка. – К. : КНУ ім. Тараса Шевченка, 2002. – 20 с.
14. Любомирский Л. Е. Закономерности развития сенсомоторных функций у детей школьного возраста : автореф. дис. на соискание науч. степени д-ра биол. наук : спец. 03.00.13 “Физиология человека и животных” / Л. Е. Любомирский. – М., 1989. – 35 с.
15. Лях В. И. Координационные способности: диагностика и развитие / Лях В. И. – М. : ТВТ Дивизион, 2006. – 290 с.

16. Національна доктрина розвитку освіти України в ХХІ столітті. – К. : [б. в.], 2001.
17. Никитюк Б. А. Интеграция знаний в науках о человеке (интегративная анатомическая антропология) / Никитюк Б. А. – М. : СпортАкадемПресс, 2000.– 440 с.
18. Панасюк Т. В. Антропометрические профили типов конституции по Штефко в первом детстве / Т. В. Панасюк // Сборник тезисов симпозиума “Конституция и здоровье человека”. – Л. : [б. и.], 1991. – С. 50–51.
19. Панфилова Н. В. Развитие координационных способностей и обучение двигательным действиям детей 4–6 лет в связи с особенностями двигательной асимметрии : автореф. дис. на соискание науч. степени канд. пед. наук : спец. 13.00.04 “Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки и оздоровительной физической культуры” / Н. В. Панфилова. – М. : НИИ физиологии детей и подростков РАО, 1992. – 19 с.
20. Степаненкова Э. Л. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка : [учеб. пособие] / Степаненкова Э. Л. – М. : Изд. центр “Академия”, 2001. – 368 с.
21. Теорія і методика фізичного виховання. Загальні основи теорії та методики фізичного виховання : [підручник] : в 2-х т. / за ред. Т. Ю. Круцевич. – К. : Олімпійська л-ра, 2008. – Т. 1. – 391 с.
22. Функційна анатомія : підруч. для студ. навч. закл. з фіз. вих. і спорту 3–4 рівнів акредитації / [Федонюк Я. І., Мицкан Б. М., Попель С. Л. та ін.] ; за ред. Я. І. Федонюка, Б. М. Мицкана. – Т. : Навч. кн. – Богдан, 2007. – 552 с.
23. Чупріков А. Ліворука дитина: яка вона? / А. Чупріков, І. Марценківська // Дошкільне виховання. – 1996. – № 5. – С. 18–19.
24. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання : [навч. посіб.] / Шиян Б. М. – Т. : Навч. кн. – Богдан, 2001. – Ч 1. – 272 с.
25. Щорічна доповідь про стан здоров'я населення України та санітарно-епідемічну ситуацію. 2008 рік. – К. : [б. в.], 2009. – 360 с.
26. <http://inter-pedagogika.ru/shapka>.
27. Чуприков А. “Левша” в школі / А. Чуприков, В. Айрапетянц [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://lefty.com.ua/articles.php>
28. Чуприков А. К вопросу о недопустимости переучивания левшей / Чуриков А. [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://lefty.com.ua/articlescont.php>
29. Стаханова Т. А. Психологические проблемы леворуких детей / Стаханова Т. А. [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://psi.lib.ru/detsad/stahan/left2/htm>

Анотації

Розглянуто дані наукової літератури в аспекті залежності морфофункціональних і психофізіологічних показників дітей дошкільного віку від особливостей їх рухової асиметрії, що пов'язана з перевагою виконання рухових завдань правою чи лівою рукою. Виявлено певні розбіжності між право- та ліворукими дошкільниками в деяких указаних показниках. Визначено причини формування такої рухової асиметрії, необхідність її урахування в процесі навчальної діяльності дошкільників, у тому числі фізичної культури, а також незначну кількість відповідних досліджень та необхідність їх проведення, щоб оптимізувати процес фізичного виховання в дошкільних навчальних закладах, передусім для покращення психофізичного стану дітей.

Ключові слова: діти дошкільного віку, рухова асиметрія, фізичне виховання, оптимізація психофізичного стану.

Геннадий Единак, Леся Галаманжук. Коррекция психофизического состояния старших дошкольников с различной двигательной асимметрией как педагогическая проблема. Рассматриваются данные научной литературы в аспекте зависимости морфофункциональных и психофизиологических показателей детей дошкольного возраста от их двигательной асимметрии, связанной с предпочтением в выполнении двигательных действий правой или левой рукой. Установлены определенные различия между право- и леворукими дошкольниками в некоторых указанных показателях. Определены причины формирования такой двигательной асимметрии, необходимость ее учета в процессе учебной деятельности дошкольников, в том числе физической культуры, а также незначительное количество исследований и необходимость их проведения с целью оптимизации процесса физического воспитания в дошкольных учебных заведениях, прежде всего для улучшения психофизического состояния детей.

Ключевые слова: дети дошкольного возраста, двигательная асимметрия, физическое воспитание, оптимизация психофизического состояния.

Hennadii Yedynak, Lesia Halamandzhuk. The Psychophysical State Correction of the Pre-School Children with Motor Asymmetry as a Pedagogical Problem. The aspects connection of morphofunctional and psychophysical indexes of preschool children with their motor asymmetry are studied in the article. The differences between indexes of right- and left-handed children were indicated. The reasons of such motor asymmetries formation are also investigated because they should be taken into consideration during the process of pre-school children's studying, especially, during physical education classes.

Key words: pre-school age children, motor asymmetry, physical education, optimization of the psychophysical state.