

УДК 615.825:364-786.2

Михайлюк О.А.

старш. викл., ВСП ЗВО Відкритий міжнародний університет розвитку людини «Україна», Луцький інститут розвитку людини

РОЛЬ КІНЕЗІОЛОГІЧНИХ ВПРАВ В СИСТЕМІ КОМПЛЕКСНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ

Анотація. Завдання Центру комплексної реабілітації для дітей з інвалідністю це – проведення комплексу реабілітаційних заходів. Індивідуальні плани комплексної реабілітації (абілітації) складаються на підставі індивідуальних програм реабілітації осіб з інвалідністю. Однією із програм є індивідуально підібрана добірка кінезіологічних вправ для мовленнєвого та інтелектуального розвитку дітей дошкільного віку. Кінезіологічні вправи – це комплекс рухів які дозволяють активізувати міжпівкульний вплив. Завдяки руховим (кінезіологічним) вправам для пальців рук відбувається компенсація лівої півкулі і активізація міжпівкульного впливу, що сприяє дитячій стресостійкості до навчання в школі.

Ключові слова: інвалідність, реабілітація, кінезіологія, кінезіологічні вправи.

Abstract. The task of the Complex Rehabilitation Center for Children with Disabilities is to carry out a complex of rehabilitation measures. Individual comprehensive rehabilitation (habilitation) plans are drawn up on the basis of individual rehabilitation programs for persons with disabilities. One of the programs is an individually selected selection of kinesiology exercises for speech and intellectual development of preschool children. Kinesiological exercises are a set of movements that allow you to activate interhemispheric influence. Thanks to motor (kinesiological) exercises for the fingers, compensation of the left hemisphere and activation of interhemispheric influence occurs, which contributes to children's stress resistance before studying at school.

Key words: disability, rehabilitation, kinesiology, kinesiology exercises.

Серед основних завдань Центру комплексної реабілітації для дітей з інвалідністю це – проведення комплексу реабілітаційних заходів (відповідно до індивідуального плану комплексної реабілітації (абілітації), складеного за формою, затвердженою Міністерства соціальної політики. Індивідуальні плани комплексної реабілітації (абілітації) складаються на підставі індивідуальних програм реабілітації осіб з інвалідністю реабілітаційною комісією за участю провідних фахівців з реабілітації (ерготерапевтів, реабілітологів).

Однією із таких програм є індивідуально підібрана добірка кінезіологічних вправ для мовленнєвого та інтелектуального розвитку

дітей дошкільного віку.

Розвиток головного мозку дитини починається внутрішньоутробно і активно триває після народження. За дослідженнями фізіологів права півкуля головного мозку – гуманітарна, образна, творча, – відповідає за тіло, координацію рухів, просторове зорове і сприйняття. Ліва півкуля головного мозку – математична, знакова, мовна, логічна, аналітична, – відповідає за сприйняття слухової інформації, постановку цілей і побудову програм. Єдність мозку складається з діяльності двох півкуль, тісно пов'язаних між собою системою нервових волокон (мозолисте тіло).

Мозолисте тіло (міжпівкульні зв'язки) знаходиться між півкулями головного мозку в тім'яно-потиличній частині і складається з двохсот мільйонів нервових волокон. Воно необхідне для координації роботи мозку і передачі інформації з однієї півкулі в іншу.

Порушення мозолистого тіла спотворює пізнавальну діяльність дітей. Якщо порушується провідність через мозолисте тіло, то провідна півкуля бере на себе велике навантаження, а інша блокується. Обидві півкулі починають працювати без зв'язку.

Порушується просторова орієнтація, адекватне емоційне реагування, координація роботи зорового і слухового сприйняття з роботою моторики руки. Дитина в такому стані не може читати і писати, сприймати інформацію на слух або очима.

Значну частину кори великих півкуль мозку людини займають клітини, пов'язані з діяльністю кисті рук, особливо її великого пальця, який, у людини протиставлений всім іншим пальцям.

При підготовці дітей до школи необхідно велику увагу приділяти розвитку мозолистого тіла. Основний розвиток міжпівкульних зв'язків формується у дівчаток до 7-ми років у хлопчиків до 8-ми - 8,5 років. Удосконалення інтелектуальних і розумових процесів необхідно починати з розвитку рухів пальців і тіла. Розвиваюча робота повинна бути спрямована від рухів до мислення, а не навпаки. Для успішного навчання і розвитку дитини в школі однією з основних умов є повноцінний розвиток в дошкільному дитинстві мозолистого тіла. Мозолисте тіло можна розвинути через кінезіологічні вправи [1].

Кінезіологія – наука про розвиток головного мозку через рух. Вона існує вже двісті років і використовується у всьому світі. Кінезіологічні вправи – це комплекс рухів які дозволяють активізувати міжпівкульний вплив. Кінезіологічними рухами користувалися Гіппократ і Арістотель. Кінезіологічні вправи розвивають мозолисте тіло, підвищують стійкість до стресів, синхронізують роботу півкуль, покращують розумову діяльність, сприяють поліпшенню пам'яті і уваги, полегшують процес читання і

письма.

Пальчикові кінезіологічні вправи в даному випадку можна використовувати для розвитку м'язів рук і розвитку міжпівкульної взаємодії кори головного мозку дитини.

Вправи необхідно проводити щодня. З початку дітям з раннього віку необхідно виконувати пальчикові ігри від простого до складного. Після того як діти навчилися виконувати пальчикові ігри з п'яти років даємо комплекс пальчикових кінезіологічних вправ, що складаються з трьох положень рук послідовно змінюють одна одну. Дитина виконує разом з дорослим, потім самостійно по пам'яті. Вправа виконується спочатку правою рукою, потім лівою, потім двома руками разом. Якщо ви не впевнені, дорослий пропонує дитині допомагати собі командами («гусак-курка-півень»), вимовляючи вголос або про себе [2].

Отже, завдяки руховим (кінезіологічним) вправам для пальців рук відбувається компенсація лівої півкулі і активізація міжпівкульного впливу, що сприяє дитячій стресостійкості до навчання в школі. Ця інформація рекомендується для підготовки до успішного навчання в школі і розвитку дитини.

Список використаних джерел

1. Біомеханічні аспекти руховий якостей : вибрані лекції з кінезіології : метод. посіб. для студ. ЛДУФК / за заг. ред. О. Ю. Рибак, Л. І. Рибак. Львів : ЛДУФК, 2019. Ч. 1. 72 с.
2. Дитяча кінезіологія URL:
<https://www.slideshare.net/Natasha5717/ss-32554172>.