

Некоторые причины и следствия особенностей двигательной активности ребёнка

В последнее время педагоги и специалисты всё чаще встречаются с различными проявлениями специфической двигательной активности детей. Это может быть выражено на уровне общей моторики как слабая координация положения тела, неконтролируемое направление движения, хаотичная двигательная активность. Практически повсеместно пишут и говорят о низком уровне развития мелкой моторики: неумении лепить, рисовать, работать ножницами, неумении застегивать пуговицы, завязывать шнурки даже в старшем дошкольном возрасте.

Такие особенности являются препятствием для осуществления образовательной деятельности, особенно в условиях подгрупповой и групповой форм работы. Для ребёнка это также является серьёзным испытанием, т.к. его поведение, не укладывающееся в рамки того, что ждёт от него взрослый, вызывает всеобщее осуждение, изоляцию ребёнка. При постоянном повторении такая ситуация будет иметь последствия в виде протестного поведения, искажения самооценки и т.д.

Причины нарушения двигательной активности могут быть самыми разнообразными. Для проведения коррекционной работы необходимо понимать, что именно является причиной отклонений. Высокая двигательная активность ребёнка может быть показателем не «излишней» энергии, и не СДВГ, очень популярного сегодня диагноза, а следствием невроза. А невозможность выполнять элементарную пальчиковую гимнастику – не педагогической запущенностью или «ленью», а нарушением работы мозга.

В подготовке и выполнении движения участвует очень много мозговых процессов, и поэтому причиной плохой координации могут быть самые разные мозговые нарушения. **Один из видов плохой координации, вызванный нарушением сенсорной интеграции, - это нарушение планирования движения.** Данное нарушение сенсорных сигналов называется *диспраксия развития*. При подобных отклонениях сохраняется обычный уровень интеллекта и совершенно нормальные мышцы. Проблема заключается в связи между мозгом и мышцами. Для её осуществления мозг должен представлять, чем он управляет, такой инструмент называется «схема тела». Джин Айрес сравнивает схему тела с картой для человека, выбирающего маршрут.

В детстве ребёнок очень много двигается и это обуславливает ход его развития. «Чем больше вариантов движения выполняет ребёнок, тем точнее будет его «карта»» (Дж. Айрес). Схема тела содержит нейронные записи обо всех частях тела: об их размере, весе, границах, пространственном расположении относительно друг друга и всех движениях, когда-либо ими выполненных. Кроме того, она включает нейронные образы, связанные с окружающей средой: данные о природе гравитационного поля Земли, о жесткости и гибкости вещей и т.д. Таким образом, мозг узнаёт, с какой скоростью и усилием должна работать каждая мышца, чтобы выполнить задачу. Что можно и чего нельзя делать с инструментом, упадём ли мы, переместившись в конкретном направлении, и т.д. Причиной диспраксии является неадекватная схема тела.

Внутренняя обратная связь формируется в мозгу как «анонс» движения: он важен для развития способности двигательного планирования. Мозг посылает мышцам двигательную команду, указывая, как следует переместить тело или изменить что-либо

вокруг нас. Эти изменения в окружающей обстановке вызывают сенсорный ответ, который направляется обратно в нервную систему. Этот процесс называется внешней обратной связью, её нередко можно увидеть или услышать.

Каждый раз, активно посылая двигательную команду, мозг контролирует её выполнение и использует для интерпретации сенсорные сигналы, возникающие в результате выполненного движения. Внутренняя обратная связь записывает в мозгу двигательную команду прежде, чем она будет выполнена. Этот «анонс» движения необходим для развития способности к двигательному планированию. Внешняя обратная связь достигает мозга слишком поздно, когда план действий уже не изменить. «Ощущения движения и действия силы тяжести переплетаются с сигналами, которые идут от мышц, - складываясь, они и дают схему тела» (Дж. Айрес).

«Если тело двигается пассивно, мозг не посылает двигательных команд, поэтому внутренняя обратная связь отсутствует. Чем больше ребёнок двигается самостоятельно, т.е. вынужден сам планировать и оценивать свои движения, тем лучше он себя обеспечивает внутренней обратной связью. Самостоятельные движения являются ключом к развитию двигательного планирования.

Схема тела содержит сенсорную информацию, а не когнитивную, поэтому её далеко не всегда можно вывести на уровень сознания. Нормально функционирующий мозг способен обработать сенсорный импульс, не прибегая к мышлению. При диспраксии схема тела организована настолько плохо, что руки и ноги нередко делают совсем не то, что надо и всё путается. В ходе коррекционной работы ребёнок не столько должен осознавать, сколько прочувствовать ощущения от своего тела. Инструкции при этом дают очень низкую эффективность, а вот действия взрослого, направленные на взаимодействие с соматосенсорной системой ребёнка, более результативны.

Диспраксия развития – нарушение работы мозга, затрагивающее организацию тактильных, а иногда также вестибулярных и проприоцептивных ощущений и препятствующее планированию движений. Слово *развитие* означает, что проблема возникает в ранний период жизни ребёнка и, по мере взросления, влияет на его развитие.

«Я физическое – это механизм психического развития человека, который на системном уровне осуществляет саморегуляцию и саморазвитие». (А.В. Цветков)

Ребёнок с диспраксией видит, как играют другие дети, и понимает, что они делают, но сам спланировать свою игру не в состоянии. Он может ломать игрушки, дергая или толкая их слишком сильно. Иногда дети сознательно ломают игрушки, чтобы справиться с фрустрацией.

Плохо развитая схема тела мешает одеваться, застегивать пуговицы и молнии. Особенно трудно справиться с завязыванием шнурков. Точная детальная схема тела нужна и для использования инструментов, ибо инструмент фактически служит продолжением тела. Мелки, фломастеры, карандаши – самые распространённые инструменты, поэтому учителя часто обращают внимание на трудности, возникающие у ребёнка именно при обучении письму.

Причём в анамнезе может и не выявляться проблем: ребёнок своевременно начал сидеть, ползать, ходить. Однако сиденье и ходьба – это навыки, «вмонтированные» в нервную систему. А такие навыки, как одевание и завязывание шнурков – это приобретённые навыки, требующие умения планировать движения. Более того, приложив колоссальные усилия, ребёнок может освоить необходимый навык, однако он не станет

генерализованным – являющимся основой для планирования движений, т.е. мозг не будет с его помощью учиться дальше.

Плохо организованная схема тела влияет на письмо, раскрашивание и рисование. Нарушение формирования схемы тела делает ребёнка неловким и неуклюжим.

При диспраксии дети очень смутно осознают своё физическое тело. У них наблюдается кризис идентичности. «Первоначально способ, каким каждый из нас воспринимает себя физически, эмоционально или рационально, основан на проприоцепции посредством прикосновения к самому себе или прикосновении других... недостаток прикосновений к телу оборачивается недостаточным соприкосновением с реальностью». (А.В. Цветков)

Несформированность физической идентичности приводит к сильнейшему ощущению эмоциональной незащищённости. Нарушение в нервной системе препятствует развитию личности. Неприятное поведение скрывает огромную потребность ребёнка в любви и поддержке. Страдает не только его осознание себя, но и отношения с окружающей средой. Ребёнок может попытаться компенсировать чувство фрустрации контролем над другими детьми или манипулятивным поведением по отношению к окружающим. Протестное поведение также является попыткой сохранить свою личностную целостность. Также для таких детей характерны эмоциональная лабильность и инфантилизм.

В освоении новых движений таким детям потребуется помощь взрослых. Также ребёнку нужны качественные и упорядоченные тактильные, пространственно-телесные и двигательные ощущения, чтобы помочь ребёнку почувствовать своё тело и понять, как двигаться в пространстве. Виды активности, стимулирующие эти ощущения, способствуют более эффективному планированию действий. Также можно разделить задачу на более мелкие шаги, чтобы поддержать у ребёнка чувство успеха. Базовые навыки управления телом помогут сформировать задания, в которых карабкаться, пролезать под предметами или сквозь них (турники, полосы препятствий). Задания, основанные на подражании, стимулируют развитие планирования движений. Необходимо развивать у ребёнка способность планировать серии действий, например, определять, какие шаги надо предпринять, чтобы приготовить бутерброд, завернуть подарок, сделать поделку своими руками. Также стимулировать ребёнка к таким видам активности, для которых необходимо осуществлять временной расчёт действия и определять направление движения (скакалка, бадминтон, настольный теннис и т.д.). Для того чтобы работать с установкой «я не могу», необходимо выяснить, какие аспекты двигательного планирования (например, подражание, выполнение устных указаний, выстраивание последовательности) даются ребёнку легче других, и использовать сильные стороны для компенсации возникающих трудностей.

В книге Джин Айрес «Ребёнок и сенсорная интеграция» приведены некоторые критерии, по которым можно оценить праксис ребёнка.

Опросный лист «Праксис (двигательное планирование)»

Нижеприведённые вопросы описывают некоторые признаки и симптомы нарушения праксиса (двигательного планирования), которые чаще всего становятся заметны, когда ребёнок пытается выполнить незнакомое действие или сделать что-то знакомое, но непривычным для себя способом. Большинство признаков и симптомов

диспраксии развития заключено в том, чего ребёнок не может делать, а не в том, что он делает. У ребёнка необязательно наличествуют все указанные признаки, и наоборот, отдельные симптомы могут встречаться у детей, не имеющих никаких проблем.

Замечаете ли вы, что ваш ребёнок:

- Неуклюж или неловок?
- Избегает участия в спортивных играх или иных видах физической активности, или они ему не нравятся?
- С трудом придумывает для себя новые развлечения или не понимает, как играть с теми или иными игрушками?
- Все время предпочитает следовать одной и той же схеме игры или выбирает одни и те же игры?
- Действует неэффективно: например, пропускает какие-то шаги или выполняет ненужные действия во время игры или занятия?
- С трудом приступает к выполнению задачи или не может её закончить?
- Затрудняется переключаться с одного вида деятельности на другой?
- Не может навести порядок в комнате и на столе?
- Подвержен физическому риску или часто натывается/спотыкается о предметы?
- Дольше сверстников осваивает навыки, такие как завязывание шнурков, одевание, письмо, игры с мячом (в которых надо поймать мяч) и т.д.?
- Пытается верховодить сверстниками, направить игру так, чтобы обрести контроль над ситуацией?

Источники:

1. Цветков А.В. Образ Я: структура, функции, развитие. – М.: Издательство «Спорт и Культура – 2000», 2012. 176 с.
2. Айрес Э. Дж. Ребёнок и сенсорная интеграция. Понимание скрытых проблем развития / Э. Дж. Айрес; [пер. с англ. Юлии Даре]. – М.: Теревинф, 2009. – 272 с.