

СВОЕВРЕМЕННАЯ КОРРЕКЦИЯ ПАТОЛОГИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ

В дошкольном возрасте, в связи с определенными психофизиологическими особенностями развития высокая двигательная активность у детей является нормой. Но в некоторых случаях она может достигать патологической степени выраженности.

В настоящее время данное состояние характеризуется как синдром дефицита внимания и гиперактивности или СДВГ (англ. Attention deficit hyperactivity disorder, ADHD). Это неврологически – поведенческое расстройство развития, начинающееся в детском возрасте, обусловленное дисфункцией центральной нервной системы (преимущественно ретикулярной формации головного мозга), которая проявляется трудностями концентрации и поддержания внимания, нарушениями обучения и памяти, а также сложностями обработки экзогенной и эндогенной информации и стимулов.

Синдром дефицита внимания с гиперактивностью (далее СДВГ) представляет исключительно актуальную проблему в связи с тем, что является одним из распространенных психоневрологических расстройств в детском возрасте: его распространенность колеблется от 2 до 12 %, а также чаще встречается у мальчиков, чем у девочек. Уменьшение с возрастом количества детей с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью связано с продолжающимся созреванием центральной нервной системы, в основном, коры больших полушарий.

СДВГ может встречаться и в изолированном виде и в сочетании с другими эмоциональными и поведенческими нарушениями, оказывая негативное влияние на обучение и социальную адаптацию ребенка.

Нарушения внимания (синдром дефицита внимания). Одно из наиболее важных расстройств обучаемости. Дети с активным и пассивным вниманием не могут сосредоточиться на уроках, легко отвлекаются на посторонние факторы. Они часто переходят от одного вида деятельности к другому, не хотят играть, небрежны и поспешны. Их вещи раскиданы и часто перемещаются с места на место. Им не нравится выполнять домашние задания, постоянно переключаются на что-то другое: на еду, туалет и т.д. У некоторых пациентов взгляд отстранен, блуждает, и даже глядя на учителя, ребенок его не слышит: создается ощущение, что мыслями он где-то далеко, «витаает в облаках».

Гиперактивность. Это еще один распространенный симптом, заключающийся в том, что у ребенка значительно увеличена активность, он может что-то придумывать, постоянно бегая взад и вперед, не в силах усидеть в классе, на уроках крутится и ерзает на стуле, может встать, подложить под себя ногу и т.п. Ребенок разговорчив, создает много шума, нарушает дисциплину в классе, чтобы привлечь внимание. По типам различают гиперактивность: устойчивую – такое поведение стабильно и дома, и в школе и ситуативную – гиперактивность проявляется только в определенных ситуациях (в основном в школе).

Импульсивность. У детей с СДВГ перепады настроения, раздражительность, своеволие, слабый самоконтроль преобладают над другими качествами. Дети чувствительны к внешним раздражителям и уязвимы к неудачам, часто совершают поступки, даже не задумываясь о последствиях.

Трудности в обучении. Дети имеют трудности в обучении обусловленные вышеназванными симптомами (дефицит внимания и гиперактивность). Важно отметить, что при этом интеллект у таких детей абсолютно нормальный и чем выше уровень интеллекта, тем быстрее и легче преодолеваются трудности в учебе.

Расстройства нервной системы. Около половины детей с СДВГ наблюдаются у невропатологов в связи со следующими симптомами: неадекватные вращения телом, неуклюжесть, несогласованные действия, невозможность ходить по прямой линии Ромберга, сосание пальца и постоянное ковыряние в носу, слабая мелкая моторика, нарушения сна и др.

Имея довольно хорошие интеллектуальные способности, гиперактивные дети отличаются недостаточностью речевого развития общей и мелкой моторики, сниженным интересом к приобретению интеллектуальных навыков. Если ребёнок гиперактивен, то трудности испытывает не только он сам, но и его окружение. Такому ребёнку необходима своевременная помощь, иначе в дальнейшем может сформироваться асоциальная или психопатическая личность. Детям, страдающим СДВГ, необходима система специальной коррекционной помощи. Работа должна быть кропотливой и комплексной, так как только выработка единой системы требований детского сада и семьи поможет ребёнку адаптироваться.

Внимание обуславливает человеку успешную ориентировку в окружающем мире. Именно в дошкольном возрасте формируются качественно новые характеристики внимания так же, как и других психических процессов. Изменение внимания выражается в изменении переживания степени ясности и отчетливости содержания, являющегося предметом деятельности человека.

А.А. Осипова указывает на то, что цели и задачи коррекционно-развивающей работы должны быть сформулированы как система задач двух уровней: коррекционного – исправления отклонений и нарушений развития, разрешение трудностей развития; и развивающего – оптимизация, стимулирование, обогащение содержания развития. Уровень развития внимания во многом определяет успешность будущего обучения ребенка в школе.

Опираясь на изученные мною опыты работ А.Г. Маклакова и А.А. Осипова, использую следующие методы и приемы:

1. *Гиперактивным детям не рекомендуют игры с сильно выраженным эмоциональным компонентом (соревнования, показательные выступления), а также виды спорта со статистической нагрузкой (например, силовое троеборье), поэтому заменяем их на малоподвижные игры («Черепаша» помогает детям в развитии самоконтроля, «Клубочек» обучает саморегуляции, «Воздушный шарик» способствует снятию напряжения)*

2. *Полезны физические упражнения, носящие аэробный характер в виде длительного, равномерного тренинга лёгкой и средней интенсивности: бег «трусцой», плавание, лыжи, езда на велосипеде, водный и пеший туризм, а так же игровые виды спорта (баскетбол, волейбол, теннис, бадминтон). Аэробное упражнение – любой вид физического упражнения относительно низкой интенсивности, где кислород используется как основной источник энергии для поддержания мышечной двигательной деятельности. Как правило, упражнения*

лёгкой или умеренной интенсивности, которые могут поддерживаться в основном аэробным метаболизмом, могут выполняться в течение длительного периода времени.

Аэробные упражнения положительно влияют на эмоциональное психологическое равновесие личности, повышают самооценку. Занятия аэробными упражнениями улучшают интеллектуальные способности и повышают работоспособность. Дети лучше запоминают информацию, определяют главные моменты учебного материала и запоминают их, работа на занятиях становится эффективной и «оживленной».

В работе с детьми я использую элементы спортивных игр (лыжи, баскетбол, волейбол, футбол)

3. При систематической физической нагрузке снижается стресс-реактивность, повышается моторный контроль и в целом повышаются адаптивные способности. Для этого в течении всего времени пребывания воспитанников в детском саду я равномерно распределяю физическую нагрузку.

Направленная физическая тренировка способствует расширению функциональных возможностей центральной нервной системы. Физические упражнения способствуют обновлению организма, его функциональному совершенствованию. Существует много факторов, которые в течении жизни ослабляют здоровье, и лишь немногие способны его укрепить. В первую очередь – это регулярные занятия физической культурой, а в частности аэробными упражнениями.

Таким образом, систематическое использование упражнений данного метода обеспечивает повышение уровня внимания и его устойчивости, снижение импульсивности у наших воспитанников.

Библиографическая ссылка:

Боброва А.А., Зубайраева Т.Р. КОРРЕКЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ РАБОТА ПО ПОВЫШЕНИЮ КОНЦЕНТРАЦИИ ВНИМАНИЯ У ДЕТЕЙ С СДВГ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ АЭРОБНОГО ХАРАКТЕРА // Международный студенческий научный вестник. – 2018. – № 3-5. ;



