

PORADY DLA KAŻDEGO

Stankiewicz Agnieszka: „Aby złapać myśl, potrzebny jest ruch”- Zabawy z Kinezylogią Edukacyjną

Nasze dzieci coraz więcej wolnego czasu spędzają przed telewizorem, ekranem komputera niż na uprawianiu sportu. Rezultat- coraz częściej pojawiają się problemy z koncentracją uwagi; co z kolei wpływa na rozumienie przez dziecko tego, co się do niego mówi.

Dzieci mają problemy z równowagą i koordynacją ruchową, są bardzo delikatne emocjonalnie. Nowe nieznane sytuacje wprowadzają w ich życie stres, pod jego wpływem pojawiają się blokady mięśniowe, napięcie emocjonalne, nadpobudliwość, gniew, strach, agresja, a czasem duża nieśmiałość. To wszystko zakłóca naturalne i spontaniczne uczenie się i funkcjonowanie w grupie rówieśniczej.

Dawniej dzieci instynktownie ćwiczyły wiele zawartych w kinezylogii ruchów; gra w klasy, skakanka, jazda na hulajnodze, toczenie obręczy- to właśnie ćwiczenia ruchów naprzemiennych.

Twórcą kinezylogii jest amerykański pedagog dr Paul Dennison. Opracowana przez niego metoda ma na celu zintegrowanie pracy mózgu. Wiele problemów intelektualnych i emocjonalnych w życiu człowieka wynika ze złego współdziałania obu półkul mózgowych i braku integracji między nimi.

Prawa półkula mózgu jest odpowiedzialna za uczucia, prawdziwe wielowymiarowe uczenie się, świadomość przestrzeni, pamięć długotrwałą, intencje- czyli jest ona twórcza, emocjonalna, postrzegająca całość.

Lewa półkula mózgową (u osób praworęcznych) odpowiada za : myśli, analizę, przypisywanie faktów, widzenie szczegółów, kontrolę nad słowem, porozumiewanie się za pomocą słów, pamięć krótką – czyli jest ona logiczna i postrzega poszczególne elementy.

Brak równowagi między pracą obu półkul mózgowych prowadzi do powstania różnego rodzaju zakłóceń. Dziecko może mieć problemy np. w nauce czytania i pisania, z koncentracją uwagi, wyrażaniem własnych emocji.

Powstałe zaburzenia można zlikwidować poprzez ruch. Ćwiczenia są bardzo proste i bezpieczne oraz sprawiają dzieciom wielką radość. Dodatkową zaletą tej metody jest to że nie jest ona pracochłonna, ani czasochłonna. Wystarczy jej poświęcić kilka minut dziennie, by w krótkim czasie zauważyć efekty.

Szczególne znaczenie ćwiczenia gimnastyki mózgu mają dla tych dzieci, u których współdziałanie obu półkul jest zakłócone lub niepełne czyli dla dyslektyków, dysortografików i dzieci nadpobudliwych mających problem z uczeniem się.

Systematyczne ćwiczenia prowadzą do integracji obu półkul mózgowych, czego efektem może być np. płynne czytanie lub poprawa koncentracji uwagi dziecka na własnych ruchach i działaniu.

Agnieszka Stankiewicz jest pedagogiem specjalnym - oligofrenopedagogiem