

Леворукость

Современные знания позволяют выделить два основных вида леворукости – **генетическую и компенсаторную** (или патологическую) леворукость. Хорошо известно, что есть семьи, в которых леворуки многие члены семьи: 50% детей становятся леворукими, если оба родителя леворуки, 16,7% – если леворук один и 6,3% – если в семье не было леворуких. Однако закон наследования этого признака пока не ясен.

Леворукость - это не привычка, не болезнь, не результат ошибок педагога, это один из вариантов нормального развития организма и часто зависит от врожденных генетических особенностей строения мозга ребёнка. В нашей стране леворуких людей в среднем 4-7%

Леворукие составляют 20% всех талантливых людей с высоким коэффициентом умственного развития. Очень много леворуких одарённых детей.

Преобладание одной из рук определяется к 4-5 годам. Становится понятно, правша ребёнок или левша. Но на этом формирование предпочтения руки ещё не заканчивается. Степень леворукости (праворукости) продолжает нарастать с возрастом ребёнка, по крайней мере, до 9-10 лет, а возможно, и в дальнейшем. В ходе этого процесса совершенствуется координация разнообразных движений, требующих участия обеих рук.

Если в 4 года ребёнок предпочитает действовать левой рукой и тем более если среди родственников есть леворукие, то переучивать ребёнка нельзя. Переучивая, можно сформировать невроз: беспокойный сон, снохождение, тики, навязчивые движения, заикание, ночное недержание мочи. У ребёнка может сформироваться чувство ущербности, комплекс неполноценности, неумение общаться с людьми.

Если ребёнок одинаково владеет правой и левой рукой, он считается «обоеруким», или амбидекстром (обе руки работают как правая рука). Особенности психики у таких детей могут быть такими же, как у леворуких, но они легко привыкают писать правой рукой и не страдают от дэкстрастресса (стресса праворукой среды).

Леворукие дети обычно очень ранимы, эмоциональны, подвижны, тревожны. Они хуже привыкают к смене обстановки, тоньше чувствуют цвет и форму предмета, видят незначительные отличия предметов, более индивидуализируют окружающий мир. Именно поэтому леворуких детей очень много в школах для художественно одарённых.

Леворукий ребёнок больше чем другие дети подвержен невротизации. У левшей чаще бывают неврозы, так как в праворуком мире они испытывают дэкстрастресс (правый стресс). Леворукие сталкиваются с тем, что окружающий мир рассчитан на праворуких людей (двери, осветительные приборы, музыкальные инструменты и т.д.). Леворукие часто очень

музыкальны, но методики обучения музыке также рассчитаны, на праворуких людей.

При организации деятельности леворуких детей следует соблюдать особенности этих дошкольников и некоторые правила работы с ними. Так, должна выполняться правильная методика обучению письму, учитываться верная посадка ножницы леворукому ребёнку нужны другие.

При обучении леворукие больше ориентируются на чувственные ощущения (зрительные, осязательные и т.д.), а не на речь. Для лучшего понимания материала им требуется опора на рисунок, предмет, наглядное пособие. Для левшей трудна работа в больших группах при жёстко регламентированных условиях и строгом соподчинении. Им необходима собственная инициатива и интуиция, индивидуальная работа, когда нет жесткого регламента, строгого подчинения.

У леворуких детей гораздо чаще, чем у праворуких, проявляются трудности при обучению письму. У них часто отмечаются зеркальное письмо (частота зеркального письма составляет 85%), выраженные нарушения почерка, тремор, неправильное начертание букв (оптические ошибки), чаще всего у них медленнее скорость и хуже связность письма. Снижение частоты проявления зеркального отражения и полное исчезновение этого феномена наблюдается обычно после 10 лет.

Как показывает практика, у детей-левшей часто встречается нарушение чтения (дислексия). Оно не является результатом умственной отсталости или физической травмы. Ребёнок с дислексией имеет нормальный интеллект. Нарушение носит зрительно-пространственный характер: дети испытывают сложности в восприятии слова как целого (не могут отличить ЛУГ от ГУЛ), не способны уловить связи между буквосочетаниями и теми понятиями, которые они отображают (СОКОЛ и КОЛОС).

Ещё один важный момент. У ребёнка в процессе развития может произойти смена доминирующего полушария. Момент смены является тем критическим периодом, когда основные функций центральной нервной системы равномерно распределены между двумя полушариями, после чего начинает доминировать правое полушарие и развивается так называемое «скрытое левшество». Таким критическим периодом является возраст 11-12 лет. Этот возраст рассматривается как критический по способности детей к зеркально-подражательным движениям, так как после него эта способность у праворуких людей периодически исчезает, сохраняясь лишь у леворуких.

Успешно адаптироваться к школе и избежать отрицательного влияния «праворукой» среды леворуким детям помогут единая тактика поведения воспитателей, специалистов и родителей детского сада и создание благоприятных условий для формирования двигательных навыков.

РЕКОМЕНДАЦИИ
«КАК НАДО ВЕСТИ СЕБЯ РОДИТЕЛЯМ С РЕБЁНКОМ-ЛЕВШОЙ»

- Не переучивайте леворукого ребёнка – дело не в руке, а в организации мозга. Переучивание приведёт к невротизации ребёнка. Объясните ему, что «леворуких» людей очень много, и это тоже разновидность нормы.
- Для леворукого ребёнка жёсткое соблюдение режима дня может быть непомерно трудным.
- Леворукость – достоинство ребёнка, его уникальность и неповторимость.
- Обучение леворуких детей должно быть более ярким и красочным. Необходимо использовать их визуальное восприятие и пространственное мышление.
- Учитывая повышенную эмоциональную и крайнюю впечатлительность такого ребёнка, быть очень чутким и доброжелательным с ним.
- Создать для него благоприятный климат в семье.
- Не воевать с ним из-за частого упрямства. Постараться отвлечь какой-нибудь игрой.
- Хвалить за самые малейшие успехи и поощрять его художественный дар, но не стремиться сделать из него вундеркинда.
- Не предъявлять к нему завышенные требования и не противопоставлять его другим, обычным детям.
- Во время занятий за столами леворукий ребёнок должен всегда сидеть слева от своего соседа так, чтобы правая рабочая рука соседа по парте не мешала ему при письме.
- Руки должны лежать на столе так, чтобы локоть левой руки немного выступал за край стола, и левая рука свободно двигалась по строке сверху вниз, а правая лежала на столе и придерживала тетрадь.
- Тетрадь должна лежать с наклоном так, чтобы правый нижний угол страницы, на которой пишет ребёнок, был направлен к середине его груди.
- Леворукому ребёнку трудно ориентироваться в тетради, строке. Он не может сразу определить сторону, с которой нужно начинать писать, путает направление. В таких случаях левую сторону листа следует маркировать цветным карандашом.
- В процессе письма происходит движение слева направо (направление ручки - влево, а движение кисти и пальцев – вправо).
- У многих левшей возникают трудности с чтением: например, малыши начинают читать слово не с начала, а с конца. В этом случае можно в текстах или отдельных словах пометить ярким фломастером букву, с которой нужно начинать читать, а позже чертой сверху вниз фиксировать направление взгляда.
- Если ребёнок пишет печатные буквы зеркально, «в обратную сторону», предложите ему по готовому образцу конструировать буквы из разной длины

палочек и верёвочек, а затем научите списывать буквы по пунктирным линиям со стрелками – откуда начинать и куда вести линию.

- Проговаривайте с ребёнком план написания буквы: сначала...затем... Обращайте его внимание на сходство и различие элементов буквы.
- Во время утренней зарядки старайтесь давать маленькому левше как можно больше упражнений, в которых были бы задействованы обе руки или ноги, - например имитация плавания «кролем».
- Леворуким детям особенно полезны занятия, которые будут развивать их сноровку и умение ориентироваться во времени и пространстве. Постарайтесь увлечь ребёнка-левшу ритмикой, танцами, музыкой, у-шу, плаванием и теннисом.
- Леворукость – не тот показатель особенности развития, на который следует обращать специальное внимание. Если ребёнок здоров, эмоционален, не скован, если у него развита координация движений и он работает непрерывно в течение 5-10 минут, то родители могут не беспокоиться.

ОШИБКИ РОДИТЕЛЕЙ, ВОСПИТЫВАЮЩИХ РЕБЁНКА-ЛЕВШУ:

- Не пытаются скрыть свои насмешки по поводу того, что ребёнок отличается от многих, в основном всё делая при помощи одной левой руки.
- Лишний раз подчеркивают всё это при знакомых или посторонних людях.
- Делают всё возможное, чтобы переучить ребёнка писать правой рукой и наказывают, когда он не поддается обучению.
- Стараются доводить его до слез и вызывают своими методами воспитания другие отрицательные эмоции.
- Стремятся довести его талант до совершенства, всё время предъявляя к нему завышенные требования.
- Создают такую обстановку для ребёнка в своей семье, чтобы его самооценка понижалась с каждым днём, чтобы он чувствовал себя отвергнутым и ненужным.
- Помните, такое воспитание обычно является благоприятной почвой для развития невроза или синдрома заикания у малыша.

КАК ОПРЕДЕЛИТЬ ЛЕВШУ?

Самая главная проблема, которую должны решить специалисты детских дошкольных учреждений, - определить ведущую руку ребёнка (убедиться, что он на самом деле леворукий), и потом вместе с родителями решить, какой рукой ребёнок будет писать и выработать единую тактику действий.

Понаблюдайте за ребёнком. Большая часть повседневной двигательной активности требует участия обеих рук, но каждая рука выполняет свою специализированную функцию. Наблюдение покажет вам, что одна рука (ведущая) ребёнка осуществляет активное движение, а другая удерживает предмет.

Все опросники для определения «рукости» содержат стандартный набор вопросов: какой рукой пишет человек легче, красивее, какой рукой бросает мяч, вырезает ножницами, роет лопатой землю, раздаёт карты, вдевает нитку в иглолку, забивает гвоздь, отвинчивает крышку, держит зубную щётку, веник, расчёску и т.д.

Предпочтительнее оценивать рукость в ходе непосредственного наблюдения за деятельностью ребёнка, отмечая, какая рука более активна и чаще используется, какой рукой движения выполняются более ловко, точно.

ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ:

Тестируется один ребёнок, чтобы исключить «обезьянничанье». Тесты проводятся несколько раз с временными промежутками, и на основе совокупных результатов делается вывод.

- **Переплетение пальцев рук**

Тест должен выполняться быстро, без подготовки. У правой сверху ложится большой палец правой руки, у левой - левой. Несмотря на большую популярность, тест малоинформативен.

- **«Поза Наполеона» - скрещивание рук**

У правой правая кисть сверху на левом предплечье, а левая кисть - под правым предплечьем, у левой - сверху кисть левой руки, а под левым предплечьем - правая.

- **Аплодирование**

У правой при аплодировании более активная правая рука, у левой - левая. Этот тест считается информативным у взрослых, а дети чаще всего хлопают обеими ладошками.

- **Плечевой тест**

С закрытыми глазами вытянуть руки перед собой. Рука, поднятая выше в процессе движения, считается ведущей.

- **Пробы на одновременные действия обеих рук.**

Рисование. Испытуемому дают 2 карандаша и просят нарисовать обеими руками одновременно круг, квадрат или треугольник. Рисунок, выполненный ведущей рукой, получается аккуратнее, при этом движения ведущей руки обычно медленнее, зато более точные, меньше дрожания, линии более чёткие, углы не сглажены. Можно попробовать выполнить это задание с закрытыми глазами. В этом случае будет возможность более

чётко выделить нарушение формы, пропорций фигуры, которая рисуется неведущей рукой.

Учитывая, что скорость движений и сила ведущей руки больше, чем неведущей, можно использовать разные виды заданий на определение скорости и силы правой и левой руки:

- Для оценки скорости можно использовать число простукиваний указательным пальцем за 10 секунд, число точек (касаний ручки) на плоскости листа при постукивании ручкой за 10 секунд. Каждое задание выполняется трижды, а затем рассчитывается среднее значение.
- Силу ведущей и неведущей руки можно измерить ручным динамометром. Силу каждой руки необходимо измерить 3 раза и рассчитать среднее значение. Ведущей считается рука, превосходящая неведущую на 2 кг. Определение рукости у детей лучше проводить при оценке выполнения различных действий.
- Для определения рукости можно попросить ребёнка продемонстрировать следующие действия: как он поливает цветы, перемещает песок лопаткой, чистит зубы, толкает палкой шарик, достает книги с полки, открывает замок-молнию, зажигает спички, вынимает пробку из ванны и т.д. Предпочитаемая рука может быть определена в рисовании. Можно проводить исследования рукости в процессе соревнования, чтобы дети не догадались о цели заданий. Среди таких заданий предлагается вытереть доску, вырезать ножницами фигуру, узор, поднять предмет (мяч) с пола, сложить фишки в коробку.
- При проведении обследования ведущей руки детей включаются следующие задания:
 - завинтить крышки на бутылках;
 - зажечь спички;
 - разрезать бумагу ножницами; вырезать по контуру рисунка из любой открытки (цветок, зайчика, узор и т.д.);
 - наколоть, нанизать пуговицы, бусины (при этом стержень, иголку необходимо вставлять в небольшое отверстие пуговиц, бусин);
 - почистить обувь щёткой;
 - намотать нитку на катушку;
 - перелить воду из одного сосуда в другой;
 - попасть иголкой, булавкой в небольшую точку;
 - отвинтить гайку (рукой, ключом);
 - сложить мелкие детали (пуговицы, бусины) в узкий цилиндр;
 - разложить (раздать) карточки (карты);
 - проколоть дырочки (5-6 ударов);
 - стереть ластиком предварительно нарисованные крестики;
 - продеть нитку в иголку;
 - почистить себя, стряхнуть с себя соринки, пыль;
 - капнуть из пипетки в узкое отверстие бутылочки;
 - достать бусинку ложкой из стакана;

- позвонить колокольчиком, дёрнуть за шнур звонка;
- закрыть, открыть молнию на сумке;
- взять стакан и сделать несколько глотков воды;
- ребёнку предлагается несколько коробков. Задание: «Найди спичку в одной из коробочек». Ведущая та рука, которая совершает активные действия (открывает, закрывает, достаёт и т.д.);
- построить из палочек (спичек) колодец. Ведущая та рука, которая используется более активно.

Определение ведущей ноги

- Пнуть мяч. Мяч должен лежать перед ребёнком таким образом, чтобы расстояние до каждой ноги было одинаковым. Нога, выполняющая движение, считается ведущей.
- Раздавить бумажную чашечку. Бумажная чашечка или любой небольшой предмет должен лежать перед ребёнком таким образом, чтобы расстояние до каждой ноги было одинаковым. Нога, выполняющая движение, считается ведущей.
- Подняться на ступеньку (или поставить колено на стул). Нога, выполняющая движение, считается ведущей.
- Подпрыгнуть на одной ноге. Нога, выполняющая движение, считается ведущей.
- Пройти с закрытыми глазами расстояние в 10 метров по прямой. Поскольку шаг ведущей ноги немного больше, человек отклоняется от прямой линии. Ведущей считается нога, противоположная отклонению (если ребёнок отклонился вправо, то ведущая нога - левая).
- Положить ногу на ногу. Ведущей считается нога, находящаяся сверху.
- Шаг назад. Нога, выполняющая движение, считается ведущей.

Определение ведущего глаза

- Тень от линейки. Перед сидящим ребёнком на расстоянии около 2 метров поставить включенную настольную лампу. Взяв линейку в любую вытянутую руку, ребёнок с открытыми глазами заслоняет свет от лампы линейкой. Экспериментатор оценивает, куда падает тень от линейки. Глаз, на который падает тень, считается ведущим. Если тень падает между глазами, то глаза равнодейственны.
- Калейдоскоп. Предложить ребёнку заглянуть в калейдоскоп и оценить, каким глазом он рассматривает рисунок.
- Прицеливание. Ведущим считается глаз, открытый при прицеливании с игрушечным пистолетом.
- «Дырка в карте». Ребёнку даётся лист с маленькой дырочкой, в которую предлагается заглянуть. Активный глаз считается ведущим.
- Бинокль. Предлагается бинокль, в котором изображение размыто. Ребёнку предлагается с помощью грубой настройки навести изображение на резкость. Экспериментатор смотрит в бинокль и определяет, на какой глаз настроено изображение.
- Зажмурить глаз. Ведущим считается открытый глаз.

Определение ведущего уха

- Прислушаться к тиканью часов. Часы лежат на столе перед сидящим ребёнком. Он должен наклониться и прислушаться к тиканью часов. Отмечается, каким ухом ребёнок наклоняется к часам.
- Шум за спиной. Ребёнок становится спиной к источнику шума (в коридоре, на улице). Предлагается прислушаться, что происходит сзади. Ведущим считается ухо, которым ребёнок поворачивается к источнику шума.
- Воспроизведение цифр, произнесённых шёпотом. Одно ухо закрывается ватой. Экспериментатор шёпотом произносит три цифры, которые ребенок пытается повторить. Затем закрывается другое ухо и эксперимент повторяется с другими цифрами. Ведущим считается ухо, которое лучше слышит в данной ситуации.
- Не рекомендуется оценивать ведущее ухо по тому, к какому уху подносится предмет (часы, телефонная трубка), так как здесь посредником выступает ведущая рука.
- Амбидекстры, выполняя тесты, дают разноручной. Такие люди могут писать правой рукой, слушать левым ухом, есть левой рукой и т.д.
- Далее определяется наличие левого или правого предпочтения по совокупности всех показателей. Для этого можно воспользоваться следующей схемой: если 4 или 3 показателя правые, можно говорить о правом профиле; если 4 или 3 показателя левые - о левом, если 4 или 3 симметричные - о симметричном профиле, все остальные профили - смешанные.
- Следует обратить внимание, что по этой схеме ребёнок с ведущей левой рукой, но правыми ведущими глазом, ухом и ногой будет иметь правый профиль. Люди, имеющие смешанный профиль, в зависимости от числа левых и правых признаков будут по своим психофизиологическим особенностям ближе либо к группе людей с левым профилем, либо - с правым.

Кинезиологические упражнения для адаптации леворукого ребёнка к школе

- Положите на стол чистый лист бумаги. Возьмите в обе руки по карандашу или фломастеру. Начните рисовать одновременно обеими руками зеркально-симметричные рисунки, буквы. При выполнении этого упражнения почувствуете, как расслабляются глаза и руки. Когда деятельность обоих полушарий синхронизируется, заметно увеличится эффективность работы всего мозга.
- Положите ладони на стол. Поднимайте пальцы по одному (начиная с мизинца) сначала на одной руке, затем на другой, затем на обеих. Повторите упражнения в обратном порядке.
- Выпрямите кисть руки, плотно сожмите пальцы и поочередно прижимайте их сначала к третьим суставам, затем к плоскости ладони. Упражнение выполняется сначала одной рукой, затем другой.
- Сожмите пальцы в кулаки и вращайте кисть в разных направлениях. Упражнение выполняется сначала одной рукой, затем другой.
- Зажмите карандаш средним и указательным пальцами. Сгибайте и разгибайте эти пальцы так, чтобы карандаш не опускался ниже большого пальца. Упражнение выполняется сначала одной рукой, затем другой.
- Положите на стол 10-15 карандашей. Необходимо собрать одной рукой в кулак все карандаши, беря их по одному. Затем также по одному выложить карандаши на стол. Упражнение выполняется сначала одной рукой, затем другой.
- Делайте двумя грецкими орехами круговые движения в каждой ладони.