

Тема: «Левша - это нормально?»

Около 90 % людей имеют правую ведущую руку, т. е. используют ее для письма и других видов деятельности. Обстановка, конструкция орудий труда — все требует от ребенка выполнять основные действия правой рукой. Поэтому леворукий ребенок попадает в разряд аномальных детей и ему приходится гораздо труднее в жизни, чем его праворуким сверстникам.

Многие ученые пытались объяснить феномен предпочтения правой руки. Профессор Корнеллского университета Карл Саган отмечает, что в древности левая рука использовалась для личной гигиены после дефекации, а правая — для еды и приветствий. Сторонники другой теории утверждают, что асимметричное расположение такого внутреннего органа, как печень, смещает центр тяжести человеческого тела вправо от средней линии, вследствие чего людям легче удерживать равновесие на левой ноге. Это дает свободу правой руке, и с течением времени мышцы на правой стороне становятся более развитыми. В XIX веке популярной была теория щита и меча, согласно которой воин держит щит в левой руке, защищая свое сердце, а правая рука держит поражающее оружие. Поэтому правая рука приобрела большую ловкость. Представители теории доминантности левого полушария придерживаются мнения о наследственном преобладании мозга, который контролирует работу органов, расположенных справа. Все многочисленные теории предпочтения правой руки не дают полного ответа на поставленный вопрос. Если подавляющее большинство людей предпочитает выполнять основные действия правой рукой, то откуда берутся те 10 %, которые, несмотря на жесткие условия «праворукого» общества, все же предпочитают выполнять действия левой рукой?-

Существует не одна теория причины леворукости. Так, например, одни ученые объясняют большинство случаев леворукости родовой травмой или повреждением левого полушария на раннем этапе развития ребенка. Другие считают леворукость проявлением сложной теории набора и деления хромосом. Некоторые советские и зарубежные ученые указывают на большое влияние семейной леворукости. Проведены многочисленные исследования, накоплен богатый фактический материал, но причины леворукости еще ждут своего решения.

Чем же отличается леворукий ребенок от праворукого? Наблюдения показали, что у 95 % правшей и 70 % левшей центр речи находится в левом полушарии • шарии коры головного мозга. Из оставшихся 30 % левшей у одной половины контроль речи расположен в правом полушарии, у другой — центры речи представлены как в правом, так и в левом полушарии (билатерально).

Поданным медицинских заключений можно сделать вывод, что восстановление речи после заболеваний значительно быстрее происходит у леворуких людей, речь которых контролируется преимущественно одним полушарием, другое полушарие может быть «резервным» в значительно большей степени, чем у правшей.

При выполнении двигательных.- действий леворукие испытуемые показывают менее выраженную асимметрию, иначе говоря, результаты, показанные правой и левой рукой, у них меньше различаются, чем у праворуких. Данные исследований ряда ученых показали, что некоторые координационные способности у левшей в 75 % случаев пре- . восходят средние результаты детей с доминирующей правой рукой, (Дети принадлежали к одной возрастно-половой группе.)

Проблема интеллектуальных способностей человека с различными двигательными предпочтениями (левшей, правшей и амбидекстров, т. е. людей,

одинаково владеющих обеими руками) еще до конца не изучена.

Одни ученые считают, что среди левшей больше умственно отсталых; другие полагают, что разницы в умственных способностях право- и леворуких людей не существует; третьи, доказывая превосходство левшей, приводят такие известные имена леворуких, как Леонардо да Винчи, Микеланджело, Мендель, Гельмгольц, Павлов, Маяковский. Есть еще группа ученых, которая, изучая зрительное восприятие правшей и левшей, установила, что леворукие испытывают несколько хуже решают зрительно-пространственные задачи.

Особый интерес, на наш взгляд, представляют работы, изучающие проявление двигательных предпочтений человека с момента его рождения (в онтогенезе). Существуют исследования, свидетельствующие о возникновении функциональной неравнозначности, полушарий на самых ранних этапах развития ребенка. Однако многие ученые доказывают, что двигательные предпочтения проявляются только в процессе овладения ребенком двигательными действиями, и называют различный возраст — от полугода до двух — четырех лет. Большинство исследователей придерживаются мнения, что дошкольный возраст характеризуется периодом, когда предпочтение одной руки начинает проявляться наиболее четко, а пик асимметрии приходится на 20-летний возраст, уменьшаясь к старости.

Для определения предпочтения одной руки другой существует много методов. Это и совсем простые пробы, такие, как скрещение рук — «поза Наполеона», переплетение пальцев кисти, тест на-аплодирование и др., где активная рука находится сверху. Это и методы более сложные: динамометрия, использование миокинетической психодиагностики, электроэнцефалография и т. п.

Наше исследование по определению двигательных предпочтений было проведено по методике, предложенной специалистами НИИ возрастной физиологии и гигиены детей и подростков АПН СССР. Она, включает в себя девять заданий, состоящих из двух групп тестов. В первую группу были включены тесты, выполняемые одной рукой: рисование, метание мяча, построение колодца из спичек, постройка домика из кубиков. Во вторую группу входили задания, выполняемые двумя руками, где одна выполняет удерживающую роль, другая производит основное действие: вырезание ножницами, нанизывание пуговиц, развязывание узелков. За каждый тест ребенку выставлялась оценка. В случае если ребенок использовал левую руку, в графу заносилась оценка — 1, если правую руку, то ставилась + 1. Ребенок, выполняющий задания обеими руками, получал 0. Если ребенок при выполнении задания использовал обе руки, но одна из них была более активной, проставлялась оценка + или —0,5. Наличие семейной леворукости (леворуких бабушек, дедушек, мам, пап и др.) выражалось оценкой —1. После этого все оценки суммировались и определялась средняя арифметическая величина — коэффициент асимметрии. Его еще называют коэффициент мануальной асимметрии (КМА). Значения КМА от —0,15 до +0,15 указывают на то, что ребенок одинаково хорошо владеет обеими руками (амбидекстрия); значения меньше —0,15 говорят о наличии леворукости, а значения, превышающие +0,15, указывают на предпочтение правой руки. Прежде чем выносить окончательное решение о принадлежности ребенка к группе леворуких или право-руких, необходимо более подробно выяснить у родителей о предпочтениях ребенка, особенно того, который склонен выполнять действия левой рукой. Родителям следует задать вопросы: «В какой руке Ваш сын (дочь) держит ложку, карандаш?», «Какую руку как наиболее активную предпочитает в играх?», «Как относится к Вашим замечаниям переложить ложку, карандаш в другую руку?» Только после опроса родителей можно говорить о принадлежности ребенка к леворуким. • В эксперименте участвовало 310 дошкольников 4—6 лет из Владимира и Москвы.

Анализ результатов исследования показал следующее: наиболее выраженное предпочтение правой руки наблюдается в тестах I группы — «рисование». Но здесь хочется отметить интересный факт. Воспитатели и родители, наверное, замечали, что некоторые право-рукие дети для изображения деталей рисунка слева перекалывают карандаш в левую руку и ею заканчивают рисунок. В нашем эксперименте это встречалось чаще у четырехлетних испытуемых, хотя и пяти-, и шестилетние дети иногда прибегали к данному способу. Такое поведение не говорит о том, что ребенок левша, просто в дошкольном возрасте еще не сформировалась пространственная ориентация. При выполнении теста «метание мяча» многие дети использовали то правую, то левую руку.

Необычно четырехлетние дети выполняли задание II группы тестов. Так, задание «нанизывание пуговиц» многие испытуемые выполняли следующим образом. Взяв иглолку в правую руку, они левой рукой нанизывали пуговицы, а правая выполняла лишь удерживающую роль. Некоторые дети выполняли этот тест, перекалывая иглолку то в правую, то в левую руку. Так же,

подключая то правую, то левую руку, четырехлетние дети выполняли и другие тесты этой группы. Дети средней группы более уверенно и правильно справились с этим заданием — сказало их жизненный опыт. ,

В результате определения предпочтения одной руки другой было установлено, что среди мальчиков 4—6 лет-ярко выраженных леворуких больше, чем среди их сверстниц. Среди мальчиков четырех лет (в эксперименте участвовало 60 человек) выявлено 4 человека с явно леворуким предпочтением. Среди 50 девочек этого возраста лишь одна отдавала предпочтение левой руке. Из 56 мальчиков пяти лет 3 проявили склонность выполнять действия левой рукой, из 43 сверстниц не выявлено ни одной левой рукой. Среди 48 мальчиков шести лет обнаружено 3 леворуких, среди 53 девочек—2.

Изучив данные эксперимента, можно сделать вывод, что в возрасте 5—6 лет предпочтения выражены более ярко, нежели в четырехлетнем. Видимо, с возрастом появляется опыт двигательных действий.'

Нужно ли переучивать левшей? Этот вопрос волнует многих. Если вы обнаружили, что ваш воспитанник (ребенок) левша, как отнестись к этому? Какую тактику поведения избрать?

Напомним: чем отчетливее предпочтение одной руки другой (чем ниже КМА), тем труднее происходит переучивание, тем серьезнее могут быть последствия, отрицательно влияющие на психику ребенка. Многие ученые полагают, что если леворукий ребенок спокойно реагирует на замечания родителей и воспитателей, свободно выполняет действия правой рукой и это не вызывает отрицательных явлений, то ему следует спокойным тоном напомнить, что карандаш нужно держать в правой руке. Такого малыша необходимо поощрять, хвалить, когда он сам пытается выполнить работу правой рукой. Но если он проявляет явное неудобство, беспокойство, капризничает, попытки необходимо немедленно, прекратить. Неоправданное насильственное переучивание может привести к серьезным изменениям в психике ребенка: нарушению сна, энурезу, заиканию.

Как уже отмечалось, наиболее выраженное предпочтение проявляется в письме, рисовании. Поэтому вопрос, нужно ли переучивать левшей, необходимо решить уже в детском саду, с тем; чтобы в школе у ребенка не возникли дополнительные трудности.

В НИИ возрастной физиологии, гигиены детей и подростков подготовлено пособие для обучения письму леворуких детей. Это, на наш взгляд, большая помощь родителям дошкольников и первоклассников, у которых возникают сложности в письме из-за леворукости.

Изучение двигательной асимметрии детей — одно из важных направлений исследований функциональной асимметрии мозга. Интересна и проблема развития обеих рук в обучении основным двигательным действиям. Существует много разных мнений. Одни исследователи полагают, что до 10;—12 лет нельзя заниматься симметричным развитием, так как критические периоды развития моторики, сопровождающиеся интенсивным формированием функций ведущей стороны тела, проявляются с 9—11 лет. Другие, наоборот, считают, что детям свойственно преобладание левой руки или одинаковое владение обеими руками. Третьи подчеркивают, необходимость билатерального (двустороннего) развития при повышении объема упражнений, воздействующих на левую (для правшей) руку, сторону тела, ногу. Это, по их мнению, является эффективной профилактикой нарушения осанки.

Задачей второй части нашего эксперимента было изучение умения выполнять мелкие движения руками, задания на точность, характеризующие координационные способности детей дошкольного возраста в аспекте двигательной асимметрии. В эксперименте участвовало 332 дошкольника в возрасте от 4 до 6 лет.

С этой целью испытуемым предлагались следующие тесты: поднять домино за 15 секунд, переложить 15 теннисных шариков из одной коробки в другую, метание мяча на дальность и точность. Все задания дети выполняли правой и левой рукой!

Проанализировав результаты предложенных тестов, необходимо прежде всего отметить неоднородность показателей. При выполнении заданий наблюдались большие индивидуальные - различия. Некоторые дети четырех-летнего возраста выполняли тесты гораздо быстрее и точнее, чем пяти- и даже шестилетние дети. Это является одной из особенностей проявления координационных способностей, не требующих максимального проявления физических качеств. -

Результаты эксперимента указывают также на неодинаковое проявление двигательной асимметрии в разных тестах. Например, около 30 % испытуемых быстро выполнили задание «поднять домино» правой, левой или обеими руками. В задании «переложить теннисные шарики»

обнаружилась явная тенденция к амбидекстрии, т. е. этот тест большинство испытуемых всех возрастов выполнили быстро и правой, и левой рукой.

Говоря о двигательной асимметрии, профессор Н. Шиншиашвили («Дошкольное воспитание», 1968) отмечает, что в метании мяча на дальность правой и левой рукой у детей 4—6 лет результаты практически равны (разность не превышает 10 см). В статьях Г. Лесковой, Н. Ноткиной («Дошкольное воспитание», 1989) говорится о большем преимуществе правой руки над левой, при метании мяча. Наши наблюдения подтверждают это. По-видимому, метание мяча — один из привычных видов игр для ребенка, где асимметрия имеет отчетливое проявление. В то же время выявлены праворукие дети, которые одинаково далеко метали мяч обеими руками. Разность результатов у лево-руких детей менее выражена, что подтверждает выводы ученых.

При выполнении тестов мы спрашивали испытуемых, какой рукой им удобнее выполнять задания. Оказалось, что дети, показывающие лучший результат правой рукой, далеко не всегда называли ее более удобной, и наоборот.

На основании результатов проводимых нами исследований можно сделать вывод: двигательная асимметрия у детей дошкольного возраста сформирована неполностью. Дети этого возраста только начинают приобретать опыт нашего «праворукого» общества. Необходимо также отметить, что уже знакомые детям задания, связанные с проявлением физических качеств, характеризуются более выраженной асимметрией.

Развивать ли амбидекстрию? Эта проблема волнует и специалистов физического воспитания. Большинство ученых полагают, что на уроках физической культуры следует развивать обе руки. Многолетние наблюдения зарубежных и советских исследователей показывают, что формирование симметрии движений с самого начала обучения дает более высокие результаты, чем превращение асимметричных движений в симметричные.

Как известно, в Программе по физическому воспитанию дошкольников предлагается большой набор предметов для общеразвивающих упражнений. Опираясь на результаты нашего эксперимента, мы считаем, что упражнения с предметом в каждой руке не могут в полной мере способствовать развитию и укреплению мелких мышц кисти, так как она выполняет здесь лишь удерживающую функцию. Во время же упражнений типа переключиваний, перехватываний происходит активное воздействие на энергетические точки, активизирующие деятельность не только мышц кисти, но и всего организма. Поэтому мы предлагаем наряду с упражнениями с двумя предметами чаще включать в занятия упражнения с одним предметом.

Проанализировав и обобщив результаты нашего исследования и работы специалистов, мы пришли к выводу, что в дошкольном возрасте необходимо развивать обе руки. Би'латеральное (двустороннее) развитие не сказывается отрицательно на психике ребенка. Дети в этом возрасте спокойнее, особенно в игровой форме, относятся к выполнению упражнений «неудобной» рукой. В будущем такие дети быстрее добиваются высоких спортивных результатов, легче осваивают трудовые профессии, требующие быстроты двигательной реакции, высокой точности и согласованности движений.

Консультация сформирована на основании статьи из журнала «Дошкольное
Воспитание»

Под редакцией Н. ПАНФИЛОВА, аспиранта В. ЛЯХ,
доктора педагогических наук
НИИ возрастной физиологии и гигиены
детей и подростков РФ

