

# PRACTICAL WAYS OF DEVELOPING CONCENTRATION AND SWITCHABILITY IN CHILDREN WITH ATTENTION DISORDERS BY MEANS OF MUSIC THERAPY

Zhelyaskova S.I. (Republic of Moldova)

Email: Zhelyaskova582@scientifictext.ru

*Zhelyaskova Svetlana Ivanovna - piano Teacher of the 1st didactic degree, Accompanist, Special Teacher, Speech Therapist, Doctoral Student,*

*DEPARTMENT OF SPECIAL PEDAGOGY, FACULTY OF PEDAGOGICAL SCIENCES,  
KISHINEV STATE PEDAGOGICAL UNIVERSITY NAMED AFTER I. CREANGA,  
KISHINEV, REPUBLIC OF MOLDOVA*

**Abstract:** *the article discusses practical ways of working with attention disorders in children of primary school age. The psychological and pedagogical problems of the Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) and the ways of their solution are revealed. The issues of interaction between a teacher and a student in individual lessons, as well as the development of concentration and switchability by means of musical therapy, are touched upon. Particular attention is paid to the role of the development of fine motor skills and coordination of movements in order to correct impaired functions. Examples of exercises for developing concentration and switching are given using visual aids.*

**Keywords:** *attention disorder, primary school age, music therapy, individual lessons, concentration, switchability, coordination of movements, fine motor skills.*

## ПРАКТИЧЕСКИЕ СПОСОБЫ РАЗВИТИЯ КОНЦЕНТРАЦИИ И ПЕРЕКЛЮЧАЕМОСТИ У ДЕТЕЙ С НАРУШЕНИЕМ ВНИМАНИЯ СРЕДСТВАМИ МУЗЫКАЛЬНОЙ ТЕРАПИИ Желяскова С.И. (Республика Молдова)

*Желяскова Светлана Ивановна – преподаватель фортепиано I дидактической степени, концертмейстер, специальный педагог, логопед, докторант, кафедра специальной педагогики, факультет педагогических наук, Кишиневский государственный педагогический университет им. И. Крянгэ, г. Кишинев, Республика Молдова*

**Аннотация:** *в статье рассмотрены практические способы работы с нарушением внимания у детей младшего школьного возраста. Раскрываются психолого-педагогические проблемы Синдрома дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ) и пути их решения. Затронуты вопросы взаимодействия педагога и ученика на индивидуальных уроках, а также проблематика развития концентрации и переключаемости средствами музыкальной терапии. Особое внимание уделено роли развития мелкой моторики и координации движений с целью коррекции нарушенных функций. Приведены примеры упражнений для развития концентрации и переключаемости с использованием наглядных материалов.*

**Ключевые слова:** *нарушение внимания, младший школьный возраст, музыкальная терапия, индивидуальные занятия, концентрация, переключаемость, координация движений, мелкая моторика.*

Актуальность проблемы Синдрома дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ) у детей, несомненно, стоит довольно остро в современном обществе и является одной из психолого-педагогических задач современной системы образования. Синдром дефицита внимания и гиперактивности является психоневрологическим расстройством и присутствует в DSM-V (2013г) в главе «Расстройства нервной системы». По данным исследований института СДВГ, созданного биофармацевтической компанией Такеда, численность детей с синдромом дефицита внимания и гиперактивности в мире 2017 г. составляет около 2,2% и варьирует от 8% в США до 4,7% во Франции, 2,9% в Бельгии и Нидерландах до 0,3% в Польше. По сведениям института, гендерное распределение перевешивает в сторону мужского пола 3:1[9]. Можно предположить, что более часто проявляющаяся гиперактивность у мальчиков ведет к большей очевидности проблемы, в то время как у девочек с СДВГ чаще проявляется в виде нарушения внимания без гиперактивности и большей скрытости процессов нарушения внимания. Диагностика Синдрома дефицита внимания и гиперактивности производится согласно критериям DSM-V (2013).

Главные признаки СДВГ: нарушение внимания, импульсивность, гиперактивность. Основной проблемой СДВГ является непостоянство и скачкообразность внимания, что создает немалые проблемы в обучении, воспитании и социализации ребёнка. Импульсивность мешает создавать прочные социальные связи, что сказывается на принимаемых им решениях и качестве выполняемых ребёнком

заданий. Гиперактивность зачастую ведет к тревожности, невозможности усидеть на одном месте необходимое время, раздражительности при призывах взрослых к более спокойному поведению.

Несмотря на большой круг проблем, дети с СДВГ зачастую проявляют немалые способности в областях, где необходимо много движений (танцы), спонтанность (музыка, рисование, театр), эмоциональность. Конечно, и в этих сферах они испытывают определённые трудности из-за нарушений внимания. В упомянутых направлениях искусства необходимо запоминать большие объемы материала, а из-за низкого уровня концентрации дети с СДВГ сталкиваются с проблемой качественного прочтения незнакомого текста, заучивания наизусть нужных фрагментов и т.д.

В данной публикации хотелось бы рассмотреть одно из арт-направлений – музыкальное. Музыка является одним из наиболее древних способов врачевания. Стоит лишь вспомнить шаманские обряды с ударными инструментами для изгнания недугов, мантры, раги, учение Пифагора об Эвритмии, как сразу становится понятным, на каком огромном пласте народной традиции базируются научные исследования о влиянии музыки на человека Бехтерева В.М., Далькроза Э., Штайнера Р., а ближе к нашим дням работы Петрушина В.И., Шушарджана С.В. и др. Современная музыкальная терапия является следствием многовековой традиции и находится на стыке множества направлений: психология, музыковедение, рефлексология, нейрофизиология, нейропсихология, музыкальная психология.

В зависимости от способа вовлечения участников музыкальной терапии в процесс, существуют пассивная и активная формы. Пассивная или рецептивная форма музыкальной терапии подразумевает прослушивание тех или иных примеров музыкальных фрагментов или целых произведений, не совершая никаких движений. Активная форма подразумевает интенсивное участие в музыкальной терапии. Наиболее эффективным видом музыкальной терапии считается собственное музицирование, поскольку в нем есть волевое усилие: как проявление личностных качеств, так и двигательное (моторное) исполнение музыки. По словам Цыпина Г.М. чтение нотного текста является мощнейшим стимулом для развития творческой инициативы и фантазии исполнителя. Раскодирование нотной записи, как некоего иного тем не менее всем понятного языка, провоцирует мозг к решению «проблемной ситуации», что в свою очередь развивает творческое мышление [8].

Обратимся более подробно к рассмотрению процесса музицирования, а точнее, игре на фортепиано. Во время исполнения даже небольшой пьесы у пианиста одновременно задействовано множество процессов: слуховой, двигательный (крупная и мелкая моторика), зрительный, тактильный, координационный (и в плане стыковки движения правой и левой руки, и в плане совмещения движений рук и ног, которые нажимают на нужную педаль), интеллектуальный и эмоциональный.

При обучении ребёнок приобретает навык совмещения всех перечисленных выше процессов. И так, чтобы сыграть небольшой фрагмент пьесы исполнителю необходимо увидеть и распознать написанную ноту, найти ее на клавиатуре, сыграть нужную длительность, извлечь необходимый звук с требуемой силой и прикосновением (плавно, остро, колюче, глубоко, мягко и т.д.), сверить написанное со звучащим, что подтверждает включенность многих частей головного мозга обоих полушарий.

Безусловно, как и любой процесс обучения, игра на музыкальном инструменте требует продолжительных систематических занятий.

В нашем учебном заведении урок специального фортепиано с младшим школьником проводится индивидуально, дважды в неделю. Для работы с учениками с СДВГ требуются особые методы. С целью поиска новых методов работы с детьми с особыми образовательными потребностями, в нашем исследовании были проанализированы и изучены многочисленные научные труды: Выготского Л.С., Бехтерева В.М., Назаровой Н.М., Леонтьева А.Н., Анохина П.К., Мелилло Р. и др., а также методики преподавания инструмента Артоболевской А.Д., Смирновой Т.И., Черловой О.А. и др. В результате была разработана система упражнений для развития концентрации и переключаемости у детей с нарушением внимания. Исходя из особенности развития детей с нарушением внимания, такими как неустойчивость процессов мышления, поверхностное восприятие, и, соответственно, более длительное усвоение учебного материала, были созданы индивидуальные задания, на основе приведённых далее дидактических материалов разных авторов. В данной публикации представим несколько примеров:

1. Овладение приемом плавного переноса руки - прикрепляем на запястье ребёнка пластмассовую бабочку (меняем насекомое каждый урок на пчелку, стрекозу и пр.) и имитируем полет с цветочка на цветочек. Внимание ребёнка сконцентрировано на наглядности, упражнение занимает считанные минуты, поэтому не утомляет. Как правило, выполняется с большим интересом и значительной пользой для развития тактильных навыков и развития моторики и концентрации.

Примечание: игрушки крепятся с помощью невидимки для волос за рукав одежды ребёнка, либо сама игрушка прикрепляется на мягкую резинку для волос, а затем надевается непосредственно на руку.

2. Овладение приемом отрывистой игры. Меняем наглядность на кузнечика или кенгуру из аналогичного материала и имитируем прыжки по полянке, перенося руку с клавиши на клавишу с резким отскоком обратно.

3. Овладение комбинированными приемами игры. Плавный перенос в одной руке и резкий отскок в другой. Соответственно, крепим на руки ребенка бабочку и кузнечика. Этим упражнением мы преследуем двойную цель - развиваем проблемные зоны (моторику, концентрацию, переключаемость) и приобретаем навыки комбинированного исполнения.

4. Работа над развитием переключаемости и концентрации путем комбинирования игры на фортепиано и хлопков. В качестве примера берем самые простые упражнения из сборника Смирнова «Скороговорки», и сочетаем удары в ладошки и нажатие отдельных клавиш в различных комбинациях и количественных последовательности.

5. Развитие концентрации и переключаемости при помощи ритмических заданий из сборника Берака О. Л. Предложенные Бераком упражнения послужили основой для разработки других вариантов ритмических последовательностей. Пример на рис.1 :

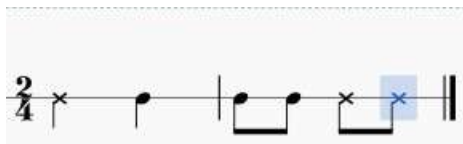


Рис. 1. Ритмическое упражнение

где  означает удар ногой, а  хлопок в ладоши.

6. Используем упражнения для развития переключаемости на основе популярной гимнастики для глаз: движение глазами вверх и вниз, движение по диагоналям, прямоугольнику, зигзагу и др., с единственным отличием: вместо стрелки прикрепляем один из музыкальных элементов- Фиг.2. Ученик должен назвать элемент музыкальной грамоты. В этом случае мы решаем несколько задач одновременно: развиваем память, переключаемость, даем двигательную разрядку и делаем глазодвигательную гимнастику.

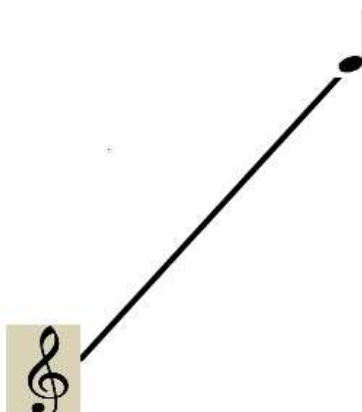


Рис. 2. Глазодвигательная гимнастика

7. Упражнение с игрушкой-антистресс «Pop it». Поем разучиваемую пьесу и одновременно нажимаем пальчиками на выпуклости игрушки, следуя ритмическому рисунку пьесы. Таким образом развиваем мелкую моторику, расширяем круг тактильных ощущений ученика, отрабатываем необходимые для игры на инструменте двигательные навыки, развиваем память, концентрацию и внимание.

Предложенные упражнения способствуют развитию всех составляющих процесса внимания и при систематическом применении ведут к положительным результатам.

Выводы:

1. Нарушение внимания, являясь распространенной проблемой, создает большое количество трудностей в процессе обучения.
2. Музыкальная терапия является эффективным и экологическим методом в процессе психолого-педагогической коррекции нарушения внимания.
3. Применение предложенных упражнений в рамках системного подхода будут способствовать развитию положительной динамики коррекционных мероприятий

*Список литературы / References*

1. *Брызгунов И.П., Касатикова Е.В.* Непоседливый ребёнок или все о гиперактивных детях. Москва: Изд. Института Психотерапии, 2001. 145 с.
2. *Берак О.Л.* Школа ритма. Учеб. пособие по сольфеджио. Ч. I: Двухдольность. М.: Изд-во РАМ им. Гнесиных, 2003. 32 с.
3. *Желяскова С.И.* Исследование нарушения внимания у детей младшего школьного возраста. // Научный журнал. Изд. Проблемы науки №2 (57), 2021. С. 89-91.
4. *Желяскова С.И.* Особенности обучения младших школьников с Синдромом дефицита внимания и гиперактивности в условиях специальной музыкальной школы // International scientific review of problems and prospects of modern science and education / Collection of scientific articles. LXII International correspondence scientific and practical conference. Boston, 2019. С. 51-53.
5. *Желяскова С.И.* Практические методы работы с семьей в процессе психолого-педагогической коррекции Синдрома дефицита внимания и гиперактивности у детей // International scientific review of problems and prospects of modern science and education / Collection of scientific articles. LXXIII International correspondence scientific and practical conference. Paris. 2020. С. 54-59.
6. *Неволина С.П.* Методика обучения игре на фортепиано Челябинск: ЮУрГИИ им. П.И. Чайковского, 2013. 122 с.
7. *Симонова Т.* Скороговорки для фортепиано. 50 упражнений для беглости пальцев. М.: ЛитРес, 2012. 25 с.
8. *Цыпин Г.М.* Музыкально-исполнительское искусство. Теория и практика. СПб.: Алетейя, 2001. 320 с.
9. What is ADHD? [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://adhd-institute.com/burden-of-adhd/> (дата обращения: 08.07.2021).