

Культура физическая и здоровье. 2023. № 4 (88). С. 8-11.
Physical Culture and Health. 2023, 4 (88), 8-11.

Научная статья
УДК 796.01
DOI: 10.47438/1999-3455_2023_4_8

**ВЛИЯНИЕ МУЗЫКОТЕРАПИИ НА ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПРОЦЕСС
ДЕТЕЙ С СИНДРОМОМ ДЕФИЦИТА ВНИМАНИЯ И ГИПЕРАКТИВНОСТИ**



Даниил Олегович Абраменко ¹, Ирина Николаевна Антонова ²

*Московская государственная академия физической культуры ¹
Малаховка, Россия*

*Российский экономический университет им. Г. В. Плеханова ²
Москва, Россия*

¹ Аспирант

тел.: +7(495)501-03-02, e-mail: aspirantura@mgafk.ru

² Старший преподаватель кафедры физического воспитания
тел.: +7(495)800-12-00 (доб. 11-58), e-mail: antonova.in@rea.ru

Аннотация. В данной статье авторы поднимают проблему психолого-педагогического сопровождения детей младшего школьного возраста с синдромом дефицита внимания и гиперактивности. В исследовании рассмотрены трудности в социализации детей с СДВГ, а также симптомы, которые мешают детям с синдромом дефицита внимания и гиперактивности взаимодействовать с другими детьми, педагогами и выполнять поставленные перед ними задачи. Особое внимание уделено использованию музыкотерапии и вопросу влияния на процесс физического воспитания детей младшего школьного возраста с синдромом дефицита внимания и гиперактивности. В исследовании использовались: педагогическое наблюдение, анализ научно-методической литературы. Педагогическое наблюдение проводилось на базе физкультурно-оздоровительного комплекса.

Ключевые слова: СДВГ, музыкотерапия, младший школьный возраст, дефицит внимания, гиперактивность, баскетбол.

Для цитирования: Абраменко Д. О., Антонова И. Н. Влияние музыкотерапии на тренировочный процесс детей с синдромом дефицита внимания и гиперактивности // Культура физическая и здоровье. 2023. № 4. С. 8-11. DOI: 10.47438/1999-3455_2023_4_8.

Введение

Проблема синдрома дефицита внимания и гиперактивности, а также поиск оптимального взаимодействия и обучения детей с данным расстройством остро представлена в современном обществе. Синдром дефицита внимания и гиперактивности это нейроповеденческое расстройство, которое выражается в том, что человек

подверженный данному расстройству обладает пониженным уровнем концентрации внимания, имеет проблемы с запоминанием, очень импульсивен и не способен контролировать чрезмерную подвижность. Данное расстройство отражено в МКБ 11 и в DSM 5. В DSM 5 приводятся следующие критерии при диагностировании СДВГ:

А. Невнимательность: часто не уделяет внимания деталям или допускает ошибки по невнимательности в школьной деятельности; часто бывает трудно удерживать внимание на заданиях или игровых действиях; часто кажется, что ребенок не слушает, когда с ним разговаривают; часто не выполняет данные инструкции; часто испытывает трудности при самостоятельной организации выполнения задания; избегает задачи, которые требуют длительного выполнения с использованием умственных усилий; часто легко отвлекается на посторонние предметы; часто забывает о повседневных делах; часто теряет вещи.

В. Гиперактивность: часто суетится; часто говорит излишне много; часто выдает ответ до того как вопрос завершен; часто покидает место в ситуациях, когда нужно оставаться на одном месте; часто бегаёт в ситуациях когда это не уместно; часто прерывает или вмешивается в чужие дела; трудно дождаться своей очереди; некомфортно чувствует себя в спокойной атмосфере; не может спокойно играть в настольные игры.

Наличие 6 критериев в одном или обоих списках сигнализирует о наличии синдрома дефицита внимания и гиперактивности. В Российской Федерации подсчет количества детей с синдромом дефицита внимания и гиперактивности не ведется, однако по данным различных исследований от 8 до 12 процентов детей имеют симптомы данного расстройства [4, 6].

Результаты исследования

У детей и взрослых подверженных СДВГ на постоянной основе возникают проблемы в социальной части их жизни. Так дети с синдромом дефицита внимания и гиперактивности не редко получают отношение к себе как к невоспитанным в следствии проблем с контролем своих эмоций и импульсивности, или из-за плохих отметок, которые в свою очередь возникают из-за проблем с концентрацией внимания могут отталкивать от себя других детей и не заводят дружеские отношения со сверстниками. Во взрослой жизни неумение справляться с СДВГ приводит к проблемам с выполнением задач вовремя, забывчивостью, опозданием на важные встречи и другим проблемам, которые мешают адекватно взаимодействовать с семьей, друзьями и коллегами. В большинстве своем люди не готовы к медикаментозному лечению. Стоит упомянуть, что в РФ не все лекарственные препараты, помогающие от данного расстройства, доступны, и не всем ставят данный диагноз. В связи с этим многие ищут иные возможности уменьшить влияние синдрома дефицита внимания и гиперактивности на свою жизнь. Занятия физической культурой и спортом оказывают огромное влияние на данное расстройство. Существуют методики физического воспитания, при помощи которых дети с СДВГ учатся лучше концентрировать свое внимание и самоинструктировать себя перед тем, как приступить к выполнению поставленной задачи, требующей концентрации внимания на ней. Считается, что музыкотерапия способна влиять на степень возбужденности организма ребенка. Так В.М. Бехтерев доказал, что если установить механизмы влияния музыки на организм, то можно вызывать или ослаблять возбуждение [2]. Моника Г.Б. Считала, что очень важно приобщать ребёнка с СДВГ к музыкально-творческой деятельности, которая может наполнять его

постоянный сенсорный и двигательный голод, а также будет насыщать его эмоциональную потребность [8].

В свою очередь мы провели педагогическое наблюдение за группой детей с синдромом дефицита внимания и гиперактивности младшего школьного возраста, занимающихся в группе баскетболом на базе ФОК. В группе занималось 4 детей и у каждого из них из-за СДВГ возникали проблемы с отвлечением на разговоры или вовсе прекращалась работа над ведением баскетбольного мяча. Для детей с нарушением концентрации внимания и избыточной активностью, упражнения, связанные с ведением мяча стоя на месте вызывают сложности, так как являются монотонными. Дети регулярно сбиваются с темпа, прекращают выполнять упражнение или начинают бездумно бегать с мячом по залу. Нами было принято решение добавить в тренировочный процесс музыкальное сопровождение. Детям во время тренировки задавался вопрос о том хотят ли они послушать музыку, которая обычно играет на баскетбольных матчах и заниматься под эти музыкальные композиции. На протяжении двух недель дети с огромным удовольствием соглашались на это. Стоит упомянуть, что после 2 недель мы решили добавить музыкальное сопровождение в эту группу на все тренировки, так как идея понравилась детям и дала свой эффект, однако использование музыки претерпело свои изменения. Как итог у детей с СДВГ при выполнении упражнений на ведение мяча наблюдалось более четкое выполнение упражнений, пропали постоянные вопросы тренеру не по теме, дети стали выполнять удар мяча в пол в ритм музыки и проблем с остановкой выполнения упражнения стало наглядно меньше. Однако при использовании музыки в упражнениях в которых дети перемещались по залу, ведя мяч или совершали передачи мяча друг другу пусть и улучшилась концентрация на выполнении упражнения, но как только завершалось выполнение и они ожидали своей очереди, дети с СДВГ стали концентрироваться на зеркале и начинали танцевать под музыку, после чего им было сложно отвлечься на выполнение упражнения и тренеру приходилось каждый раз напоминать юным баскетболистам, кто в какой очередности приступает к выполнению упражнения, а также отвлекать их от танцев.

Как было упомянуто ранее, нами было пересмотрено использование музыкального сопровождения и принято решение контролировать громкость музыки и использовать ее исключительно при тех упражнениях, в которых упражнения с мячом выполняются вне очереди и без перерывов на отдых. Количество ошибок и проблем с концентрацией на упражнении стало гораздо меньше, дети сами не заметив того стали больше концентрироваться на том, чтобы успеть сделать удар мяча в пол в ритм музыки и стали реже останавливаться. Но стоит отметить, что отвлечения на музыку пусть и реже, но все же продолжили проявляться, а так же во время игровых упражнений у детей появилось больше желания применять сложные переводы за спиной и под ногой, чтобы как они описывали это: «Выглядеть круто», что привело к увеличивающемуся количеству потерь мяча.

Выводы

Поиск способов улучшать состояние детей с СДВГ без использования медикаментозного лечения очень важен

в наше время, а методики физического воспитания в свою очередь способны помочь детям с СДВГ научиться лучше концентрироваться на поставленной задаче и снижать уровень своей активности.

Музыкотерапия оказывает влияние на степень возбужденности организма ребенка и способствует улучшению выполнения поставленных перед ребенком с СДВГ задач.

При правильном использовании музыкального сопровождения можно добиться улучшения результатов. Однако в некоторых случаях музыка будет являться дополнительным отвлекающим фактором, следовательно,

музыкальное сопровождение должно постоянно контролироваться и его необходимо подстраивать под ситуацию, происходящую во время занятия.

Конфликт интересов

Авторы декларируют отсутствие явных и потенциальных конфликтов интересов, связанных с публикацией настоящей статьи.

Библиографический список

1. Брызгунов И.П., Касатикова Е.В. Непоседливый ребёнок или всё о гиперактивных детях. М. : Издательство Института психотерапии, 2008. 208 с.
2. Бехтерев В.М. Вопросы, связанные с лечебным и гигиеническим значением музыки // Обзорение психиатрии, неврологии и экспериментальной психологии. 1916. № 1-3. С. 105-124.
3. Заваденко Н.Н. Синдром дефицита внимания и гиперактивности: новое в диагностике и лечении // Журнал медико-биологических исследований. 2014. № 1. С. 31-39.
4. Кипхард Э.И. Гиперактивность как проблема психомоторного развития // Гиперактивные дети: коррекция психомоторного развития. М. : Академия, 2004. С. 47-64.
5. Мони́на Г.Б., Лютова-Робертс Е.К., Чутко Л.С. Гиперактивные дети: психолого-педагогическая помощь. СПб. : Речь, 2007. 186 с.
6. Новые педагогические подходы в физическом воспитании обучающихся с особыми образовательными потребностями / Мамонова О.В., Филимонова С.И., Лубышев Е.А., Алмазова Ю.Б. // Теория и практика физической культуры. 2020. № 2. С. 48-50.
7. Симакова И.Н., Торопова А.В. Психофизиологические корреляты восприятия музыки разных культурных традиций российскими и китайскими студентами // Теоретическая и экспериментальная психология. 2015. Т. 8. № 3. С. 6-16.
8. Торопова А.В. Опыт музыканта в психологической реабилитации детей с психосоматическим профилем личности. М. : Ритм, 2012. 179 с.
9. Организация физической рекреации младших школьников в условиях внеурочной деятельности как педагогическая проблема / Филимонова С.И., Казакова В.М., Бобина Е.В., Алмазова Ю.Б. // Культура физическая и здоровье. 2021. № 2 (78). С. 134-138.
10. Современные представления педагогов о направленности, содержании и особенностях организации физической рекреации младших школьников в условиях внеурочной деятельности / Филимонова С.И., Казакова В.М., Степанова О.Н., Алмазова Ю.Б. // Культура физическая и здоровье. 2022. № 1 (81). С. 133-136.
11. Сопоставление показателей физического развития дошкольников с речевыми дефектами и нормами физического развития / Писарева Е.А., Казакова В.М., Пуховская М.Н., Глазкова Г.Б. // Культура физическая и здоровье. 2020. № 2 (74). С. 81-85.
12. Физическая культура и спорт : Учебник / Филимонова С.И., Андрущенко Л.Б., Аксёнов М.О., Жуков О.Ф., Столяр К.Э., Глазкова Г.Б., Аверясова Ю.О., Алмазова Ю.Б., Ким Л.Г., Пуховская М.Н., Казакова В.М. // Сер. Бакалавриат. М. : КНОРУС, 2022. 567 с.
13. Biederman J. [et al.]. Predictors of persistence and remission of ADHD into adolescence: results from a four-year prospective follow-up study // Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry. – 1996. – Vol. 35. – No. 3. – P. 343-351.
14. Epstein J.N. [et al.]. Familial aggregation of ADHD characteristics // Journal of abnormal child psychology. – 2000. – Vol. 28. – No. 6. – P. 585-594.

References

1. Bryazgunov I.P., Kasatikova E.V. A restless child or everything about hyperactive children. Moscow, Publishers of the Institute of Psychotherapy, 2008. 208 p.
2. Bekhterev V.M. Questions related to the therapeutic and hygienic significance of music. Review of psychiatry, neurology and experimental psychology. 1916. No. 1-3, pp. 105-124.
3. Zavadenko N.N. Attention deficit hyperactivity disorder: new in diagnosis and treatment. Journal of medical and biological research. 2014. No. 1, pp. 31-39.
4. Kiphard E.Y. Hyperactivity as a problem of psychomotor development. Hyperactive children: correction of psychomotor development. Moscow, Akademiya publ., 2004, pp. 47-64.
5. Monina G.B., Lyutova-Roberts E.K., Chutko L.S. Hyperactive children: psychological and pedagogical assistance. St. Petersburg, Rech' publ., 2007. 186 p.
6. New pedagogical approaches in physical education of students with special educational needs. Mamonova O.V., Filimonova S.I., Lubyshchev E.A., Almazova Yu.B. Theory and practice of physical culture. 2020. No. 2, pp. 48-50.
7. Simakova I.N., Toropova A.V. Psychophysiological correlates of the perception of music of different cultural traditions by Russian and Chinese students. Theoretical and experimental psychology. 2015. Vol. 8. No. 3, pp. 6-16.

8. Toropova A.V. A musician's experience in the psychological rehabilitation of children with a psychosomatic personality profile. Moscow, Ritm publ., 2012. 179 p.
9. Organization of physical recreation of junior schoolchildren in conditions of extracurricular activities as a pedagogical problem. Filimonova S.I., Kazakova V.M., Bobina E.V., Almazova Yu.B. Physical culture and health. 2021. No. 2 (78), pp. 134-138.
10. Modern ideas of teachers about the direction, content and features of the organization of physical recreation of junior schoolchildren in the conditions of extracurricular activities. Filimonova S.I., Kazakova V.M., Stepanova O.N., Almazova Yu.B. Physical culture and health. 2022. No. 1 (81), pp. 133-136.
11. Comparison of indicators of physical development of preschool children with speech defects and norms of physical development. Pisareva E.A., Kazakova V.M., Pukhovskaya M.N., Glazkova G.B. Physical culture and health. 2020. No. 2 (74), pp. 81-85.
12. Physical culture and sports : Textbook. Filimonova S.I., Andryushchenko L.B., Aksenov M.O., Zhukov O.F., Stolyar K.E., Glazkova G.B., Averyasova Yu.O., Almazova Yu.B., Kim L.G., Pukhovskaya M.N., Kazakova V.M. Textbook. Moscow, Publishing house KNORUS, 2022. 567 p.
13. Biederman J. [et al.]. Predictors of persistence and remission of ADHD into adolescence: results from a four-year prospective follow-up study. Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry. 1996. Vol. 35. No. 3, pp. 343-351.
14. Epstein J.N. [et al.]. Familial aggregation of ADHD characteristics. Journal of abnormal child psychology. 2000. Vol. 28. No. 6, pp. 585-594.

Поступила в редакцию 06.11.2023

Подписана в печать 28.12.2023

Original article

UDC 796.01

DOI: 10.47438/1999-3455_2023_4_8

THE INFLUENCE OF MUSIC THERAPY ON THE TRAINING PROCESS OF CHILDREN WITH ATTENTION DEFICIT HYPERACTIVITY DISORDER

Daniil O. Abramenko ¹, Irina N. Antonova ²*Moscow State Academy of Physical Culture ¹**Malakhovka, Russia**Plekhanov Russian University of Economics ²**Moscow, Russia*¹ Postgraduate student

ph.: +7(495)501-03-02, e-mail: aspirantura@mgafk.ru

² Senior Lecturer of the Department of Physical Education

ph.: +7(495)800-12-00 (ext. 11-58), e-mail: antonova.in@rea.ru

Abstract. In this article, the authors raise the problem of psychological and pedagogical support for children of primary school age with attention deficit hyperactivity disorder. The study examines the difficulties in the socialization of children with ADHD, as well as the symptoms that prevent children with attention deficit hyperactivity disorder from interacting with other children, teachers and performing tasks assigned to them. Special attention is paid to the use of music therapy and the issue of the impact on the process of physical education of primary school children with attention deficit hyperactivity disorder. The study used: pedagogical observation, analysis of scientific and methodological literature. Pedagogical supervision was carried out on the basis of a sports and recreation complex.

Keywords: Attention Deficit Hyperactivity Disorder, music therapy, primary school age, attention deficit, hyperactivity, basketball.

Cite as: Abramenko, D. O., Antonova, I. N. (2023) The influence of music therapy on the training process of children with attention deficit hyperactivity disorder. Physical Culture and Health. (4), 8-11. (In Russ., abstract in Eng.). doi: 10.47438/1999-3455_2023_4_8.

Received 06.11.2023

Accepted 28.12.2023