

Леворукость и праворукость

У человека существует - и это давно установлено - функциональная асимметрия мозга.

Что это значит? Ответственность за разные виды деятельности поделена между полушариями мозга.

Правый мозг оперирует образами, "заведует" ориентацией в пространстве, различением музыкальных тонов и мелодий, распознает сходство и различие сложных систем, продуцирует сновидения.

Левый мозг оперирует словесно-знаковой информацией, чтением текстов, выстраивает продукты своей работы в строгие и точные конструкции.

У большинства людей в результате определенной системы учебы, тренировки, всей жизни резко доминирует одно полушарие (левое). Более слабое полушарие, у которого есть собственные уникальные особенности - не полностью выполняет свои функции, потому что оно ЗАБИТО более сильным.

Кроме того, слабое полушарие очень вяло участвует в действиях, требующих двойного контроля. Так что от распростарненного сегодня традиционного подхода страдает не только небольшое количество переученных левшей, но и основная масса населения - правши.

Давайте на секунду отвлечемся: попробуйте ударить мяч левой рукой, напишите что-нибудь или нарисуйте человечка. Получается? Не очень ловко, но получается. Но ведь левую руку никто не учил всем этим непростым движениям, значит она "под шумок" незаметно выучилась сама, пока мы обучали правую. Но можно учить и "наоборот": если всем навыкам мы начнем учить и левую руку, это создаст существенные резервы для еще более совершенной работы правой руки.

Во многих культурах прошлого считалось, что человек должен быть симметричным, ДВУРУКИМ. Его нужно учить на "двурукость". Обучение должно быть построено таким образом, чтобы более слабый мозг был активным помощником сильного, а не его пассивным придатком. Развивая эту тему взаимной помощи мозговых полушарий, удобно привести пример коридора, по обеим стенам

которого повешены зеркала. При активности обоих полушарий происходит многократное отражение и усиление их деятельности (как зеркала в коридоре много раз повторно отражают объект и его отражения друг в друге).

Нужно учить обе руки, обе ноги, оба глаза, обе стороны тела. В возрасте до трех лет не стоит слишком доискиваться, правой или левой является ребенок. В это время подобное выяснение является нагрузкой для детей и малонадежно.

И еще одно "но" (окончательно все запутывающее). Большинство авторов все-таки считает, что в шесть с половиной - семь лет обычный ребенок делает выбор руки (кроме незначительного количества двуруких, вернее, "двуправоруких", если можно так выразиться). Такой выбор обязателен и он свидетельствует о том, что вступило в силу высшее управление деятельностью: все процессы стала контролировать кора головного мозга. И для того, чтобы это состояние было достигнуто быстрее, в какой-то момент (у обычного ребенка - около шести лет) нужно начать больше внимания уделять доминирующей руке. Но когда выбор будет совершен, необходимо снова усиленно заниматься симметричностью движений...

Переведем дух и подыщем спортивный пример для понимания сложности проблемы выбора руки. Имеем переученного правшу или левшу. Его движения контролируются более слабым мозгом, поскольку так этот человек научен. Но в моменты наивысшего напряжения - НА СОРЕВНОВАНИЯХ - доминантное полушарие (ненаученное) берет на себя ответственность за движения, и спортсмен делает невероятные промахи, которые просто непредставимы на тренировках. Вспомните футболистов, которые в последний момент вдруг совершают такой удар выше ворот, что только диву даешься: очень часто это визитная карточка нашей проблемы.

Возраст выбора доминирующей руки у "домановских детей", о которых мы пишем, снижается до трех с половиной - четырех лет. В этот период мы усиленно тренируем руку, которую предпочитает ребенок, чтобы ускорить наступление высшего этапа, контроля коры. Но при этом мы очень много занимаемся видами деятельности, которые требуют двойного управления: велосипедом, роликами, брахияцией (замечательно, если у ребенка есть возможность много бегать и плавать). Мы, к сожалению, не нашли авторов, которые стали бы для нас в этом

сложном вопросе абсолютными авторитетами. Но мы твердо уверены: учить на две руки - значит добиваться более точных, уверенных и совершенных движений. Учить левую руку фехтовальщика, теннисиста, левый глаз стрелка, левую ногу футболиста - создавать резерв, который есть у спортсмена любого возраста (и в мире существуют спортсмены, которые этим успешно пользуются).

Остается уточнить, что к шахматистам резерв смены руки не относится.