

# Психологическая асимметрия.



Работу выполнила  
студентка 341 группы  
Борисова Ксения

- Асимметрия- отсутствие или нарушение симметрии.
- В понятие *психических асимметрий* включают нарушение симметрии собственно психических процессов.
- Сочетание моторных, сенсорных и психических асимметрий составляет чрезвычайно важную характеристику человека – его *индивидуальный профиль асимметрии*, определяющий только ему присущие особенности поведения.

# Моторная асимметрия

- Моторная асимметрия - совокупность признаков неравенства функций рук, ног, половин туловища и лица в формировании общего двигательного поведения и его выразительности.
- Ранее предполагали, что в основе моторной асимметрии лежит анатомическая асимметрия моторных зон коры головного мозга, однако сейчас данное утверждение опровергается. Развитие моторной асимметрии детерминировано деятельностью периферии в ранние периоды онтогенеза, что ведет к микроструктурным перестройкам на уровне коры головного мозга. Моторная асимметрия появляется и нарастает в детские годы, достигает максимального развития к зрелому возрасту, а в позднем возрасте нивелируется. Если в раннем детстве начать переучивать левшу, то для него остается характерная сенсорная и психическая асимметрия, отличная от правшей. Моторная асимметрия является неустойчивой и может изменяться в период адаптации.

Врожденные морфофункциональные асимметрии определяют предпочтение правой или левой конечности при выполнении различных действий с предметом или без него – выбор вооруженной руки у фехтовальщика, правостороннего или левостороннего хвата клюшки у хоккеиста, стороны вдоха при плавании кролем, левосторонней или правосторонней стойки у боксера и т. д.



Неравномерное морфологическое развитие, одностороннее преобладание физических качеств и асимметрия двигательных действий особенно выражены в асимметричных упражнениях при большом спортивном стаже и более ранней специализации.

# Сенсорная асимметрия

- Сенсорная асимметрия - совокупность признаков функционального неравенства правой и левой частей органов чувств. Однако с точки зрения такой асимметрии далеко не в равной мере изучены зрение, слух, осязание, обоняние, вкус человека. Сенсорные асимметрии (как и моторные) проявляются не изолированно, а только в целостной нервно-психической деятельности человека.
- У спортсменов отмечаются также проявления сенсорной асимметрии. Ведущим глазом у преобладающего числа спортсменов является правый: правоглазых – 85%, левоглазых – около 12%, без асимметрии – примерно 3%. У стрелков все праворукие спортсмены имеют ведущий правый глаз.

Асимметрия зрения. Как и в отношении двигательной функции, при рассмотрении асимметрии зрительной функции выделяют предпочтение одного глаза в качестве прицельного и уровень функционирования того или иного глаза, т. е. собственно асимметрию по остроте зрения, величине поля зрения и т. д. Известно, что ведущий глаз первый ловит предмет, поэтому быстрее происходит его аккомодация. Объект ведущим глазом воспринимается как больший и контрастный.




Есть лишь разрозненные указания на сочетания ведущих глаз и рук, глаз и ушей и т.д. Ведущий (по прицельной способности) правый глаз чаще отмечается у праворуких, а левый - у 40 % леворуких. У школьников 5-11 лет не обнаружили статистически значимой взаимосвязи между руками, остротой зрения и ведущим глазом; у левшей ведущим может быть и левый и правый глаз, а у правшей - чаще правый глаз. По Б. Г. Ананьеву, у правшей с правым ведущим глазом ориентировка лучше, чем у праворуких с левым ведущим глазом.

# Асимметрия полушарий

## ГОЛОВНОГО МОЗГА

- Доминирование функциональных систем управления движениями в левом полушарии наблюдается у спортсменов высокой квалификации, по мере их вхождения в спортивную форму в годичном тренировочном цикле, при выполнении освоенных движений (выработанных двигательных навыков) и в период устойчивого состояния (или оптимальной работоспособности) в процессе работы.
- Преобладание специфических систем управления движениями в правом полушарии отмечается у спортсменов низкой квалификации, в периоды вработывания и утомления, в состоянии перетренированности, при дезавтоматизации двигательных навыков, т.е. при всяком снижении уровня специальной работоспособности спортсменов.

- 
- при выполнении одних функции психических ведущим является полушарие левое, других - правое. Установлено, что функция полушария левого - оперирование вербально-знаковой информацией в ее экспрессивной форме, а также чтение и счет, тогда как функция правого - оперирование образами, ориентация в пространстве, различение музыкальных тонов, мелодий и невербальных звуков, распознавание сложных объектов (в частности, лиц), продуцирование сновидений.



- Каждое полушарие получает информацию преимущественно с противоположной половины тела. Частичное исключение представляет слуховая система. За счет неполного перекреста слуховых путей звуковые сигналы поступают в каждую половину мозга. Поскольку количество перекрещенных волокон больше, вход с противоположной стороны более мощный. В связи с этим звучание слов справа будет более эффективно восприниматься центрами речи, находящимися в левом полушарии. Путем сопоставления результатов отдельного предъявления различного звукового материала с двух сторон установлено, что доминирование левого над правым полушарием для восприятия речи можно выразить соотношением 2:1. Таким же путем было выяснено, что правое полушарие доминирует в оценке тональной структуры звуков, музыкальных мелодий и неречевых звуков.

Таким образом можно сделать следующие выводы:

- Функциональная асимметрия изменяется под влиянием специфических тренировочных воздействий;
- Направленные изменения (усиление или сглаживание) функциональной асимметрии в процессе тренировки являются важным резервом повышения специальной работоспособности спортсменов.
- Исследования в этом направлении показали возможность и целесообразность управления тренировочным процессом с учетом симметрии-асимметрии. Так, например, для повышения эффективности выполнения симметричных упражнений целесообразны тренировочные занятия, направленные на сглаживание имеющейся функциональной асимметрии. Направленные влияния должны использоваться на протяжении круглогодичной подготовки с основным объемом работы в подготовительном периоде.

Иная направленность управляющих воздействий должна быть в случае необходимости усиления асимметрии (например, в стрельбе, фехтовании, теннисе и ряде других видов спорта). В этих случаях не ведущую конечность предлагается использовать лишь для «разгрузки» ведущей конечности.