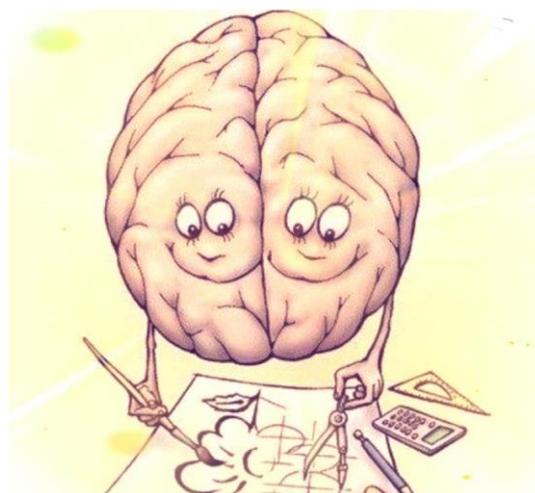


«Как и зачем развивать межполушарное взаимодействие у ребенка»

Современное поколение ведет малоподвижный образ жизни, сидят возле гаджетов, в телефонах, у компьютера. Да, сейчас время цифровых технологий, и от этого никуда не деться, дети больше нас разбираются в технике и это здорово. Но мы идем с вами к тому, что современное поколение – с каждым годом становится физически и психически ослаблено. Раньше, бегая и прыгая, а также играя по правилам у нас развивалась координация движений,



ориентировка в пространстве, общая моторика, ловкость, гибкость, контроль над собой, переключаемость движений. Теперь недостаточность физической активности ведет к плохому снабжению головного мозга кислородом, а также дисгармоничному развитию межполушарных связей.

Функции между полушариями мозга разделены, но только их взаимосвязанная работа формирует полноценную работу психики человека.

Межполушарное взаимодействие — особый механизм объединения ЛП и ПП в единую интегративную, целостно работающую систему, формирующийся под влиянием как генетических, так и средовых факторов.

<i>За что отвечает левое полушарие</i>	<i>За что отвечает правое полушарие</i>
<ul style="list-style-type: none">- логика, память;- абстрактное, аналитическое мышление;- обработка вербальной информации;- анализ информации, делает вывод;- отвечает за правую половину тела.	<ul style="list-style-type: none">- обработка невербальной информации, эмоциональность;- музыкальные и художественные способности;- ориентация в пространстве;- способность понимать метафоры (смысл пословиц, поговорок, шуток)- обработка большого количества информации одновременно, интуиция;- воображение;- отвечает за левую половину тела.

Только взаимосвязанная работа двух полушарий мозга обеспечивает нормальную работу всех психических процессов.

Что бывает если межполушарное взаимодействие не сформировано?

Происходит неправильная обработка информации и у ребенка возникают сложности в обучении (проблемы в письме, устной речи, запоминании, счете как в письменном, так и в устном, а также в целом восприятии учебной информации)

Признаки несформированности межполушарного взаимодействия:

- зеркальное написание букв и цифр;
- псевдолеворукость;
- логопедические отклонения;
- неловкость движений;
- агрессия;
- плохая память.

Что же с этим делать?

Есть один метод, который позволяет скорректировать вышеперечисленные состояния и благоприятно повлиять на мозговую деятельность. Я хочу вас познакомить с нейрогимнастикой.

Нейрогимнастика – это комплекс телесно-ориентированных упражнений, позволяющих через тело мягко воздействовать на мозговые структуры.



Благодаря нейрогимнастике оптимизируются интеллектуальные процессы, повышается работоспособность, улучшается мыслительная деятельность, синхронизируется работа полушарий головного мозга, снижается утомляемость, восстанавливается речевая функция, повышается иммунная система, улучшается память, внимание, мышление. Улучшаются подкорковые структуры головного мозга и т. д.

Нейрогимнастика включает в себя:

- глазодвигательные,
- дыхательные упражнения,
- игры на освоение телесного пространства, работа над чувством ритма, работа над развитием координации и переключения с одного действия на другое.

«Упражнения для развития межполушарного взаимодействия»

Выполнять упражнения лучше каждый день, хотя бы по 5-10 минут. Эти упражнения являются "гимнастикой для мозга". И будут полезны детям и взрослым даже если с сформированностью межполушарных связей всё в порядке.

Для начала, нужно выбрать 3 – 4 простых упражнения, и отрабатывать их до совершенства. Переходить к новым следует только после того, как ребенок сможет выполнять упражнения без зрительного и устного контроля.

Упражнение «Жаба»

Руки положить на стол или на колени. Одна рука сжата в кулак, ладонь другой руки лежит на плоскости стола или на коленях. Задание: одновременно и целенаправленно изменять положения рук.

Упражнение «Кольцо»

По очереди и как можно более быстро перебирать пальцами рук, соединяя их в кольцо с большим пальцем (последовательно: указательный, средний, безымянный и мизинец). Упражнение повторять в прямом порядке (от указательного пальца до мизинца) и в обратном (от мизинца до указательного).

Упражнение «Ухо – нос»

Взяться левой рукой за кончик носа, а правой – за противоположное ухо. Одновременно опустить руки и хлопнуть в ладоши. Изменить положение рук с точностью до наоборот.

Упражнение «Зеркальное отражение»

Рисовать обеими руками геометрические фигуры вначале в воздухе, а потом на бумаге.

Упражнение «Солнце – забор – камень»

Ребенку показывают три положения руки, которые последовательно сменяют друг друга.

Солнце – рука поднята вверх, пальцы выпрямлены и широко разведены.

Забор – пальцы плотно прижаты друг к другу и вытянуты вверх.

Камень – ладонь сжата в кулак.

Упражнение «Цепочка»

По очереди и как можно быстрее перебирать пальцами рук, соединяя их в кольцо с большим пальцем (поочередно: указательный, средний, безымянный и мизинец). В «кольцо» попеременно пропускаем «кольца» из пальцев другой руки. Упражнение повторять в прямом порядке и в обратном. Вначале движения выполняются в привычном для ребенка захвате, потом его необходимо обязательно поменять.

Упражнение «Фонарики»

Пальцы правой руки выпрямлены, раскинуты в разные стороны и напряжены. Левая рука стиснута в кулак. По очереди изменяются положения рук: стискиваются пальцы на правой, выпрямляются на левой руке, и наоборот.

Упражнение «Кулак – ребро – ладонь»

Ребенку показывают три положения руки на плоскости стола, которые последовательно сменяют одно другое: ладонь, сжатая в кулак, ладонь ребром, расправленная ладонь. Желательно только во время усложнений вводить речевой контроль при помощи команд – «Кулак!», «Ребро!», «Ладонь!».

Упражнение «Зеркальное отражение» (цифры)

Цифры рисуют в воздухе двумя руками в зеркальном отражении.

Упражнение «Замок»

Скрестить ладони друг с другом, сцепить пальцы в замок, развернуть руки к себе. В таком положении ребенку необходимо двигать пальцем, на который указывает взрослый, точно и четко. Движения соседними пальцами нежелательны. Дотрагиваться до пальца нельзя. В упражнении последовательно должны принимать участие все пальцы обеих рук.

Упражнение «Лезгинка»

Ребенок прижимает подушечки пальцев к верхней части ладони, большой палец отводит вбок. Прямой ладонью левой руки в горизонтальном положении касается мизинца правой. После этого одновременно изменяет положение правой и левой рук.

