

Консультация для родителей

«Развитие межполушарного взаимодействия у дошкольников»

Учитель-логопед: Возжанникова С.Ю.

Нейропсихологи утверждают, что от развития межполушарных связей во многом зависит успеваемость ребенка в школе и успешность в жизни в целом. Слабое взаимодействие левого и правого полушария – одна из главных причин трудностей в освоении письма и чтения в школе. Современные методики воспитания и обучения сильно шагнули вперед. Они позволяют развивать мозг, формировать межполушарные связи, в результате чего дети показывают прекрасные результаты в освоении образовательных программ любой сложности. Работать по старинке уже неоправданно.

Мозг человека состоит из двух полушарий, и каждое из них выполняют свои особые функции. Левое - отвечает за речь, логику, анализ, математические способности. Правое – за восприятие информации на слух, планирование, креативность, образное мышление. Для слаженной работы мозга необходимо взаимодействие полушарий. Межполушарные связи определяют: качество восприятия и обработки информации; эмоциональную стабильность; координацию и баланс. Таким образом, они напрямую влияют на обучаемость человека, его достижения и успехи во всех видах деятельности. Если полушария взаимодействуют друг с другом слабо, ведущее берет основную нагрузку на себя, а другое блокируется. В результате у ребенка возникают проблемы с ориентацией в пространстве, координацией пишущей руки со слуховым и зрительным восприятием, адекватным эмоциональным реагированием. Он становится мнительным и с трудом учится чему-то новому.

Детские нейропсихологии советуют регулярно выполнять комплексы кинезиологических (двигательных) упражнений, направленных на усиленное формирование и укрепление нейронных связей между полушариями.

Они помогают:

- улучшить мышление и память;
- сделать работу полушарий более слаженной;
- концентрировать внимание;
- облегчить процесс чтения и письма.

Нейропсихологическая коррекция детей включает в себя:

- **растяжки** нормализуют гипертонус и гипотонус мышц. Любое отклонение от оптимального тонуса негативно сказывается на развитии ребенка. У ребенка с гипотонусом наблюдается эмоциональная вялость, низкая мотивация, слабость волевых усилий, замедленное переключение нервных процессов. Гиперактивные дети не умеют расслабляться. Все реакции на внешние стимулы быстро возникают и быстро угасают. Поэтому очень важно научить такого ребенка регулировать силу мышечного тонуса;

- **дыхательные упражнения** развивают самоконтроль над своим поведением. Особенно полезны они для детей с синдромом дефицита внимания и гиперактивности. правой ноздрей. Закрывая пальцем ноздрю. Дыхание глубокое, медленное;

- **глазодвигательные упражнения** позволяют расширить поле зрения, улучшить восприятие. Однонаправленные и разнонаправленные движения глаз и языка развивают межполушарное взаимодействие:

- при выполнении **перекрестных телесных движений** развивается межполушарное взаимодействие, снимаются непроизвольные, непреднамеренные движения и мышечные зажимы;

- упражнения на развитие **мелкой моторики** развивают межполушарное взаимодействие, стимулируют речевые зоны головного мозга. Упражнения необходимо проводить ежедневно. После того как дети научились выполнять пальчиковые игры. Задача взрослых - следить за правильностью выполнения упражнений;

- **массаж** воздействует на биологически активные точки;

- упражнения на **релаксацию**. Релаксация (от лат. relaxation – ослабление, расслабление) – глубокое мышечное расслабление, сопровождающееся снятием психического напряжения. Релаксация может быть как непроизвольной, так и произвольной, достигнутой в результате применения специальных психофизиологических техник. Методы релаксации и медитации показаны не только взрослым, они полезны и детям. Умение расслабиться поможет детям снять напряжение, другим - сконцентрировать внимание, снять возбуждение. Расслабление вызывается путем специально подобранных игровых приемов. Каждому дается образное название, это увлекает детей. Они выполняют расслабляющие упражнения, не просто подражая ведущему, а перевоплощаясь, входя в заданный образ. Упражнения улучшают мыслительную деятельность, синхронизируют работу полушарий, способствуют улучшению запоминания, повышают устойчивость внимания, облегчают процесс письма.

Предлагаю некоторые упражнения, которые обязательно понравятся и малышам, и взрослым.

1. Рисование двумя руками

Выполнение упражнения лучше начать с обведения контуров простых симметричных рисунков. Желательно, чтобы изображение разделяла ось симметрии. Рисовать можно как красками, так и фломастерами, мягкими карандашами. Закрепите лист на столе или мольберте. В каждую руку возьмите по карандашу и поставьте их в верхнюю точку, затем начинайте вести их вниз по контуру рисунка. Следите, чтобы ведущая рука не обгоняла подчиненную. Суть упражнения именно в одновременности всех действий. Малыши могут рисовать пальчиками и ладошками.

2. Лепка и оригами

В складывании фигурок из бумаги и придании соленому тесту или пластилину определенной формы участвуют обе руки и глаза. Это упражнение положительно сказывается на зрительно-моторной координации, логическом мышлении и воображении.

3. Поиграйте в цвета

Запишите на листе бумаги названия разных цветов палитры ручками с цветной пастой, фломастерами или карандашами, которые не соответствуют им по цвету, например, для слова «красный» используйте синий карандаш, а для слова «черный» – желтый. Теперь с опорой на лист произнесите только названия цветов, которыми записаны слова. Старайтесь делать это как можно быстрее. Сначала

цепочки должны быть короткими: три-четыре слова, затем количество названий можно увеличить.

4. «Танец»

Левой рукой, сжатой в кулак, с развернутым большим пальцем в сторону, дотроньтесь до правого мизинца. Поменяйте руки. Старайтесь делать движения быстро и точно.

5. «Примерьте чужую шкуру»

Иногда выполняйте привычные действия не ведущей, а подчиненной рукой. Например, если вы правша, попробуйте левой рукой размешивать чай, поворачивать ключи в замке, набирать текст эсэмэски.

6. «Ладонь, кулак, ребро»

Это вариант известной игры «камень, ножницы, бумага». Упражнение выполняется сидя за столом. При слове «ладонь» нужно положить ладонь ладонями на стол, при команде «ребро» — кладем ладонь вертикально, при слове «кулак» нужно поставить сжатый кулак. Действуйте сначала левой рукой, потом правой, затем двумя сразу. Постепенно усложняйте задачу, увеличивая быстроту движений.

7. «Колечко»

По очереди соединяйте мизинец, безымянный, средний и указательный пальцы с большим пальцем в колечко. Выполняйте упражнение то в одном порядке, то в другом. Сначала участвует только одна рука, правая или левая, потом обе руки одновременно.

8. «Замок»

Скрестите руки и сцепите их в замок. Теперь попробуйте подвигать каждым пальцем в отдельности. Задействовать соседние пальцы нельзя.