

Консультация для родителей

Игры для развития межполушарного взаимодействия

Воспитатель: Шармакова О.П.



Как известно, наш мозг состоит из двух полушарий: левого и правого, к каждому из которых идут нервные пути от органов чувств и от всех органов, имеющих чувствительность. При этом правое полушарие в основном «обслуживает» левую сторону тела, а левое полушарие обслуживает правую сторону. Главное отличие левого полушария от правого в том, что только в нём расположены речевые центры и переработка всей поступающей в левое полушарие информации происходит с помощью словесно-знаковых систем.

Правое полушарие отвечает за:

- обработку невербальной информации, эмоциональность;
- музыкальные и художественные способности;
- ориентацию в пространстве;
- способность понимать метафоры (смысл пословиц, поговорок, шуток)
- обработку большого количества информации одновременно, интуиция;
- воображение;
- левую половину тела.

Левое полушарие отвечает за:

- логику, память;
- абстрактное, аналитическое мышление;
- обработку вербальной информации;
- анализ информации, делает вывод;
- правую половину тела.

Неспособность правого и левого полушарий к полноценному взаимодействию – одна из причин нарушения функции обучения и управления своими эмоциями. Только взаимосвязанная работа двух полушарий мозга обеспечивает нормальную работу всех психических процессов.

Некоторые причины несформированного межполушарного взаимодействия:

- малоподвижный образ жизни;
- болезни матери, стресс (примерно с 12 недель беременности);
- родовые травмы;
- болезни ребёнка в первый год;
- длительный стресс;
- общий наркоз и другое.

Признаки несформированности межполушарного взаимодействия:

- зеркальное написание букв и цифр;
- логопедические отклонения;
- неловкость движений;
- агрессия;
- плохая память;
- отсутствие познавательной мотивации;
- инфантильность.

Метод, который позволяет скорректировать вышеперечисленные состояния и благоприятно повлиять на мозговую деятельность — нейрогимнастика.

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

Благодаря ей 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.

Игры для развития межполушарного взаимодействия.

Комплекс №1

Упражнение №1. Массаж ушных раковин.

Помассируйте мочки ушей, затем всю ушную раковину. В конце упражнения разотрите уши руками.

Упражнение №2. Восьмерки и узоры.

Ребенок должен рисовать пальцем в воздухе знак бесконечности и следить взглядом за этими движениями. Далее задача усложняется — нужно нарисовать восьмерки сразу обеими ручками. Кстати восьмерки можно заменить кругами, спиралями или любыми узорами.

Упражнение № 3. Перекрестные шаги.

Ребенок подтягивает правое колено к левому локтю. Затем сгибает правую ногу (имитация бега с захлестыванием голени) и касается лодыжки левой рукой. Затем нужно поменять локоть и колено.

Упражнение № 4. Растяжение.

Ребенок опирается на спинку стула и делает выпад вперед, при этом согнув в колене правую ногу, тогда как левая - остается прямой. Затем нужно встать. После чего надо поменять ножку и повторить упражнение.

Упражнение №5. Сам себе качели.

Сядьте на пол, согните колени.

1. Обхватите колени руками, откиньтесь назад и, округлив спину, покачайтесь назад и вперед, с боку на бок. Амплитуда движений невелика, она регулируется появлением напряжения.

2. Вернитесь в исходное положение. Откиньтесь назад, опираясь на локти и кисти. Вам должно быть удобно поддерживать тело в наклонном положении.

3. Приподнимите ноги, согнутые в коленях, плавно начинайте описывать коленями "восьмерки". Если выполнение движений затруднительно, то для начала достаточно просто делать круговые вращения ногами.

Комплекс №2

Упражнение №1 «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 №2 «Кольцо».

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

Упражнение №3 «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 №4 «Кулак, ладонь, ребро».

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

Комплекс №3

Упражнение №1 «Глазки».

Профилактика нарушения зрения и активация работы мышц. Быстро поморгать в течении 1-2 минут

Упражнение №2 «Ротик».

Развитие абстрактно-логического мышления (левого полушария). Открыть рот, нижней челюстью делать плавные движения – сначала слева-направо, затем справа-налево.

Упражнение №3 «Ушки».

Большим и указательным пальцами пощипывать мочки ушей, медленно продвигаясь вверх до самых кончиков.

Упражнение №4 «Дождик».

Кисти рук развести над головой. Кончиками пальцев совершать легкие постукивания по всей поверхности головы, имитируя дождик.

Упражнение №4 «Запястье».

Развитие творческого мышления. Обхватить левой рукой запястье правой руки и массировать. То же выполнять правой рукой.

Преимущества гармоничной работы полушарий мозга огромны. Это своеобразный ключик, позволяющий открыть дверцу, за которой спрятаны огромные потенциальные возможности человека.

