

## РАЗВИТИЕ МЕЖПОЛУШАРНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ, ЧТО ЭТО ТАКОЕ?

Успешность обучения детей во многом зависит от своевременного развития межполушарных связей, а сензитивный (самый эффективный) период для развития приходится на дошкольный возраст, когда кора больших полушарий головного мозга ещё не окончательно сформирована.

Всем известно о пользе утренней гимнастики для организма человека, однако не только тело нуждается в упражнениях, но и мозг. Комплексы нейродинамической гимнастики и кинезиологические упражнения помогут подготовить мозг ребёнка к эффективной работе, способствующей лучшему восприятию и переработке информации.

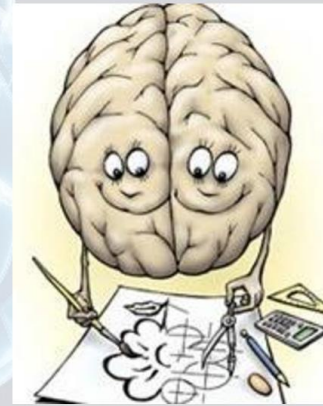
### Как работает мозг человека?

Если условно разделить головной мозг на две части: левая и правая. И посмотреть какая часть головного мозга за какую деятельность отвечает, то мы увидим. Левое полушарие мозга отвечает за управление правой половиной тела, а правое полушарие мозга — левой, то есть когда мы действуем правой рукой — активизируем левое полушарие, а когда двигаем левой рукой, то активизируем правое полушарие. Также левое полушарие отвечает за абстрактно-логическое мышление, а правое — пространственно-образное мышление (воображение, эмоции, чувства). Когда мы анализируем, считаем и говорим, то более активно работает левое полушарие, а когда рисуем, фантазируем, танцуем и молчим — активно работает правое полушарие. Распределение активности между полушариями постоянно чередуется (как передача эстафетной палочки), максимальная же эффективность работы мозга достигается в моменты одновременной активности обоих полушарий.

Резюмируем: для настройки и подготовки головного мозга к работе (а значит и для качественного развития основных психических процессов, протекающих в головном мозге), необходимо настроить связь и баланс активности между левым и правым полушариями.

Современная психолого-педагогическая практика предлагает множество игр и упражнений для развития межполушарного взаимодействия у детей.

Вашему вниманию представлены наиболее простые и эффективные комплексы нейродинамической гимнастики для детей дошкольного возраста, построенные на основе кинезиологических упражнений.



Благодаря проведению нейродинамической гимнастики у ребенка повышается работоспособность коры головного мозга, активизируются обширные зоны обоих полушарий, а мозг переключается в интегрированный режим работы.

### Общие рекомендации:

- ✓ Гимнастику рекомендуется проводить ежедневно по 10—20 минут в первой половине дня. Возможно внесение отдельных корректив с учётом возраста, состояния здоровья и развивающих потребностей ребенка.
- ✓ Не рекомендуется проводить работу с ребёнком в период болезни и в течение 5—7 дней после, так как в этот период организм ребенка и его нервная система ослаблены.
- ✓ Во время проведения гимнастики необходимо исключить все отвлекающие факторы: посторонние разговоры, работающий телевизор, игрушки и т.д.
- ✓ Перед выполнением упражнений взрослому необходимо объяснить ребёнку, как выполняется то или иное движение, а затем закрепить объяснение показом движения в медленном темпе.
- ✓ При выполнении заданий предложите ребенку начинать выполнение задания с «удобной» руки — ведущей (правой или левой). При выполнении заданий «неудобной» рукой допустимы неровности и отклонения от линий.

Успехов!

Педагог-психолог Викулина Н.Б.

# НЕЙРОДИНАМИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА.

## ТОЧКИ.

Предложите ребёнку:

Левой рукой ставить точки в квадрате (10 \* 10 см) в течение 30 секунд. Аналогично повторить задание правой рукой и двумя руками одновременно. Для детей с 5 лет это задание можно выполнять на скорость: «Постарайся ставить точки как можно быстрее».

## ПЕРЕСТУК.

Предложите ребёнку:

Постучать каждым пальцем левой руки по столу под счет (ладони плотно прижаты к столу):

1 раз – большой палец

2 раза – указательный палец

3 раза – средний палец

4 раза – безымянный палец

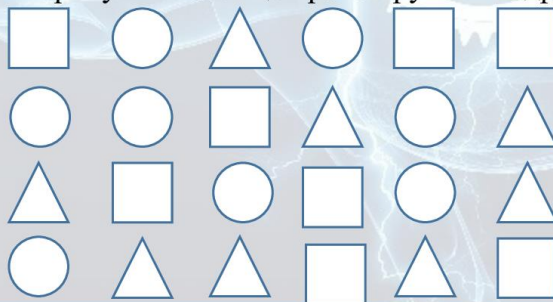
5 раз мизинец

Повторить другой рукой.

## ВЫЧЕРКИВАНИЕ

Предложите ребёнку:

Взять в каждую руку по фломастеру. Вычеркнуть в таблице правой рукой квадраты, а левой рукой – круги.



## ОТ ТОЧКИ К ТОЧКЕ

Предложите ребенку:

Одновременно двумя руками, на листе бумаги, двигаясь от центра к краям, рисовать линии сверху вниз, от точки к точке. Точки должны быть проставлены заранее (для каждой руки 5 – 6 пар точек), расстояние между верхней и нижней точкой 10 – 15 см.

## ЗОЛУШКА

Высыпьте в мисочку бусинки (пуговицы, фасоль и т.п.) двух цветов (по 5 – 10 шт.). Справа и слева от мисочки поставьте два блюдца. Предложите ребенку «сложить» в одно блюдце все бусинки одного цвета, а в другое — другого. Переключившись бусинки надо по одной, беря тремя пальцами (большим, указательными и средним), обязательно чередуя руки: берем бусинку правой рукой, кладем её в блюдце, стоящее справа от мисочки, затем берём бусинку левой рукой, кладем её в блюдце, стоящее слева от мисочки.

## КАРАНДАШ - ЧАСЫ

Предложите ребенку:

Вращать карандаш на столе большим, указательным и средним пальцами одной, а потом другой рукой (сначала по часовой стрелке, а затем – против). Затем выполнить упражнение двумя руками одновременно.

## КОЛЕЧКИ

Предложите ребенку:

Поочередно и как можно быстрее перебирать пальцы рук (работаем сначала каждой рукой по очереди, потом одновременно), соединяя в кольцо с большим пальцем указательный, средний, безымянный и мизинец. Затем в обратном порядке – от мизинца к указательному пальцу.