

«Игры и упражнения для дошкольников на развитие межполушарных связей»

В наше время бурно развивается наука и техника, на нас и наших детей обрушивается огромное количество информации. В школах в свою очередь усложняются программы, которые требуют от учеников более сильной усидчивости и концентрации внимания. Познавая окружающий мир, дети развивают свои способности, расширяют кругозор, проходят процессы социализации. Естественно, что все это требует определенного напряжения, концентрации внимания и усилий со стороны ребёнка.

Как же взрослым грамотно поддержать познавательную активность ребёнка. Этот вопрос лег в основу науки о кинезиологии.

Кинезиология — это наука о развитии головного мозга через движение.

Единство мозга складывается из деятельности двух его полушарий, тесно связанных между собой системой нервных волокон.

Правое полушарие – это гуманитарий, отвечает за воображение, оно позволяет человеку мечтать, воображать, фантазировать, и, как следствие, - сочинять и учить наизусть. «Правополушарные» дети лучше танцуют, воспринимают музыку, любят рисовать, понимают юмор. Развито зрительное восприятие (обязательный контакт глазами).

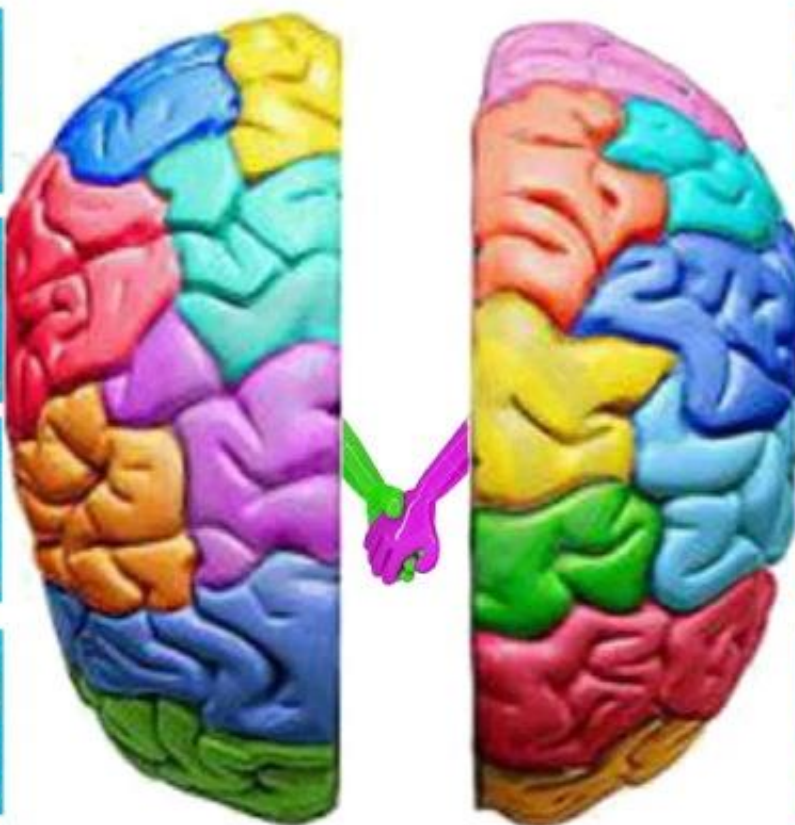
Левое полушарие - это математическое, отвечает за языковые способности ребёнка, письмо и чтение. «Левополушарные» люди имеют возможность последовательно обрабатывать информацию, делать выводы. Развито слуховое восприятие (хорошо воспринимают на слух).

Работа обоих полушарий очень важна для человека.

У новорожденного оба полушария развиты одинаково, и он пользуется ими в полной мере, но в процессе развития, обучения, одно из полушарий развивается активнее другого.

Необходимо развивать межполушарные связи, это просто сделать, если мы вспомним, что за работу полушария отвечает противоположная сторона тела, т. е. выполняя движения левой рукой, или ногой мы активизируем правое полушарие, а работая правой ногой или рукой – левое.

Если постараться выполнять движения одновременно двумя руками, то мы сможем развивать межполушарные связи.



Умение различать правую и левую сторону — это важная предпосылка для многих видов обучения.

Для развития межполушарного взаимодействия используют упражнения:

1. Колечко

Поочередно и как можно быстрее перебирайте пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т. д. Проба выполняется в прямом (от указательного пальца к мизинцу) и в обратном (от мизинца к указательному пальцу) порядке. В начале упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе.

2. Кулак—ребро—ладонь

Три положения руки на плоскости стола, последовательно сменяют друг друга.

3. Лезгинка

Левую руку сложите в кулак, большой палец отставьте в сторону, кулак разверните пальцами к себе. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикоснитесь к мизинцу левой.

4. «Симметричные рисунки»

Дайте ребёнку фломастеры в обе руки и предложите нарисовать симметричные рисунки двумя руками. Не расстраивайтесь, если сразу не получится.

5. Ухо—нос

Левой рукой возьмитесь за кончик носа, а правой рукой — за противоположное ухо. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши, поменяйте положение рук «с точностью до наоборот».

6. «Ассоциация»

Бросая ребёнку мяч, назовите любое слово, например: «Медведь», он в свою очередь должен представить медведя и подобрать ассоциацию к слову, например «Лохматый, берлога, мед, спячка и т. д.» Возвращает мяч, называет слово (ассоциацию, и теперь ваша очередь подбирать ассоциацию к слову ребёнка. Игра будет интереснее, если соберётся вся семья.

7. «Час другой руки»

Выберите определённый промежуток времени (10-20 минут) и договоритесь, что пока не зазвонит будильник, всё нужно делать левой рукой. Попробуйте и сами все действия выполнять неведущей рукой.

8. «Лифт»

Цель: развитие межполушарного взаимодействия, пространственных представлений, точности и координации движений) формирование функции контроля.

Возраст: от 5 лет.

Исходное положение: лежа на спине, руки вдоль тела. На заранее заданный счет (от 1 до 10) ребенок поднимает одновременно противоположные руку и ногу (например, правую руку и левую ногу) так, чтобы пальцы руки и ноги были направлены в потолок. Выполнение должно быть синхронным, плавным, без остановок и колебательных движений.

Задача ребенка – рассчитать и спланировать движение так, чтобы оказаться в конечной точке не раньше и не позже заданного счета.

После этого рука и нога также синхронно и плавно опускаются под счет на пол.

Маленькому ребенку к руке и ноге можно прикрепить небольшие игрушки, предложив поиграть в подъем и спуск пассажиров на лифте. То же движение выполняется другими рукой и ногой.

9. «Перекрестные шаги».

Цель: развитие межполушарных взаимодействий, координации движений, чувства ритма) преодоление синкинезий.

Возраст: от 5 лет.

Исходное положение: стоя. Задача ребенка – координировать движения так, чтобы в такт движению руки одновременно двигалась противоположная ей нога.

1-й уровень сложности. Ребенок шагает, двигая руками так, чтобы ладонь правой руки касалась левого колена, а ладонь левой руки – правого.

2-й уровень сложности.

Локоть правой руки при ходьбе касается левого колена, локоть левой руки – правого. Движение не только вперед, но и назад.

3-й уровень сложности. При шаге правой ногой левая рука касается правого плеча, при шаге левой ногой – правая рука касается левого плеча. При каждом шаге кончик языка показывает на свободное плечо (которого не касается рука). Движение как вперед, так и назад.

ДЛЯ ТОГО ЧТОБЫ СВЯЗИ РАЗВИВАЛИСЬ, НЕОБХОДИМО ДАВАТЬ ОДИНАКОВЫЕ НАГРУЗКИ НА ЛЕВУЮ И ПРАВУЮ ЧАСТИ ОРГАНА, ПРОБОВАТЬ РИСОВАТЬ, ЛЕПИТЬ, ИГРАТЬ НА МУЗЫКАЛЬНЫХ ИНСТРУМЕНТАХ ОБЕИМИ РУКАМИ.