**«Что такое межполушарное взаимодействие,**

 **и почему его так важно развивать?»**

 Консультация для родителей



Нейропсихологи утверждают, что нарушение межполушарного взаимодействия является одной из причин недостатков чтения и письма.

По исследованиям физиологов правое полушарие головного мозга – гуманитарное, образное, творческое – отвечает за тело, координацию движений, пространственное зрительное и кинестетическое восприятие. Левое полушарие головного мозга – математическое, знаковое, речевое, логическое, аналитическое – отвечает за восприятие – слуховой информации, постановку целей и построений программ. Единство мозга складывается из деятельности двух полушарий, тесно связанных между собой системой нервных волокон (мозолистое тело).

Мозолистое тело (межполушарные связи) находится между полушариями головного мозга в теменно-затылочной части и состоит из двухсот миллионов нервных волокон. Оно необходимо для координации работы мозга и передачи информации из одного полушария в другое.

Нарушение мозолистого тела искажает познавательную деятельность детей. Если нарушается проводимость через мозолистое тело, то ведущее полушарие берет на себя большую нагрузку, а другое блокируется. Оба полушария начинают работать без связи. Нарушаются пространственная ориентация, адекватное эмоциональное реагирование, координация работы зрительного и аудиального восприятия с работой пишущей руки. Ребенок в таком состоянии не может читать и писать, воспринимая информацию на слух или глазами.

Для детей со специфическими нарушениями чтения и письма характерна выраженная неравномерность развития отдельных сенсомоторных и интеллектуальных функций. Трудности в обучении такого типа возникают в связи с незрелостью определенных функций, дисгармонией созревания головного мозга, нарушением межполушарного взаимодействия.

Признаки несформированности межполушарного взаимодействмия:

* Зеркальное написание букв и цифр;
* Псевдолеворукость;
* Логопедические отклонения;
* Неловкость движений;
* Агрессия;
* Плохая память;
* Отсутствие познавательной мотивации;
* Инфантильность.

Считается, что чем лучше развито межполушарное взаимодействие, тем лучше будет у ребёнка развиты интеллектуальная память, внимание, восприятие, мышление и воображение. Как известно, человеческий мозг состоит из левого и правого полушарий. Каждое из них ответственно за различные функции. Правое – это креативность, образное мышление и слуховое восприятие. Левое – логическое мышление, анализ, речь. Для корректной работы мозга оба полушария должны быть развиты равноценно.

Ученые придают особое значение в процессе развития взаимодействия полушарий возрасту от 3 до 8 лет. Именно тогда закладывается интеллектуальная основа – зрительное, слуховое, кинетическое, зрительно-моторное восприятие.

Развитие межполушарных связей построено на упражнениях и играх, в ходе которых задействуются оба полушария мозга. Такие игры и упражнения можно проводить даже дома, всей семьей.

ГЛАВНОЕ УСЛОВИЕ ПРОВЕДЕНИЯ УПРАЖНЕНИЙ

Упражнения необходимо проводить ежедневно в первой половине дня.

Выполнять упражнения лучше каждый день, хотя бы по 5-10 минут.

«От простого к сложному».

Правая рука – левая рука – две руки сразу.

Помощь себе командами, произносимыми вслух.

Нельзя никого принуждать выполнять упражнения неестественным для него или неудобным способом.

Эти упражнение являются "гимнастикой для мозга". И будут полезны детям и взрослым даже если с сформированностью межполушарных взаимодействий все в порядке.

Упражнения и игры на развитие межполушарного взаимодействия:

* Рисование обеими руками одновременно.
* Использование лабиринтов для двух рук одновременно.
* Выполнение зеркальных движений.
* Упражнения на координацию, ловкость и ориентацию в пространстве.
* Пальчиковая гимнастика, логоритмика.
* Сминание бумаги - на ладонь ребенка нужно положить салфетку и, используя только пальцы одной руки, смять ее.
* Пальчиковые упражнения.
* Научите ребенка быстро двигать пальцами рук, соединяя в кольцо с большим пальцем по очереди другие пальцы (от указательного - к мизинцу, потом – в обратном направлении — от мизинца к указательному). Пусть сначала ребенок научится хорошо выполнять это упражнение одной и второй рукой, затем можно попробовать его сделать двумя руками одновременно.
* Постучите по столу расслабленной кистью правой, а затем левой руки.
* Поверните правую руку на ребро, согните пальцы в кулак, выпрямите, положите руку на ладонь. Сделайте то же самое левой рукой.
* Звонок. Опираясь на стол ладонями, полусогните руки в локтях. Встряхивайте по очереди кистями.
* Домик. Соедините концевые фаланги выпрямленных пальцев рук. Пальцами правой руки с усилием нажмите на пальцы левой, затем наоборот. Отработайте эти движения для каждой пары пальцев отдельно.
* Постучите каждым пальцем правой руки по столу под счет «1,1-2,1-2-3 и т.д.».
* Зафиксируйте предплечье правой руки на столе. Указательным и средним пальцами возьмите карандаш со стола, приподнимите и опустите его. Сделайте то же левой рукой.
* Раскатывайте на доске небольшой комочек пластилина по очереди пальцами правой руки, затем левой.
* Вращайте карандаш сначала между пальцами правой руки, затем левой (между большим и указательным; указательным и средним; средним и безымянным; безымянным и мизинцем; затем в обратную сторону).
* Зафиксируйте предплечье на столе. Берите пальцами правой руки спички из коробочки на столе и складывайте рядом, не сдвигая руки с места. Затем уложите их обратно в коробку. Сделайте то же левой рукой.
* Сидя, согните руки в локтях, сжимайте и разжимайте кисти рук, постепенно убыстряя темп. Выполняйте до максимальной усталости кистей. Затем расслабьте руки и встряхните.
* Вытяните руки перед собой, сгибайте кисти вверх и вниз. Затем вращайте обеими кистями по и против часовой стрелки (сначала однонаправленно, затем разнонаправленно), сводите и разводите пальцы обеих рук. Попробуйте с движениями рук одновременно широко открывать и закрывать рот.
* Следите глазами по контуру воображаемой фигуры (круг, треугольник, квадрат) или цифры.
* Упражнение в парах: встаньте напротив друг друга, коснитесь ладонями ладоней партнера. Совершайте движения, аналогичные велосипеду.
* Правой рукой массируйте левую руку от локтя до запястья и обратно. Затем от плеча до локтя и обратно. То же самое движение проделайте с другой рукой.
* Прижмите ладонь к поверхности стола. Сначала по порядку, а затем хаотично поднимайте пальцы по одному и называйте их.
* Клад. В комнате прячется игрушка или конфета. Найдите ее, ориентируясь на команды ведущего, например: «Сделай два шага вперед, один направо и т.д.».

 Совместные движения глаз и языка. Выдвинутым изо рта языком и глазами делайте совместные движения из стороны в сторону, вращая их по кругу, по траектории лежащей восьмерки. Сначала отрабатываются однонаправленные движения, затем – разнонаправленные.

* Хлопните несколько раз в ладони, чтобы пальцы обеих рук соприкасались. Затем выполните хлопки кулаками, ориентированными тыльной поверхностью сначала вверх, а потом вниз.
* Закройте глаза. Попробуйте опознать небольшой предмет, который дадут вам в руку. Другой рукой нарисуйте его на бумаге (пропишите в воздухе).
* Упражнения в парах: встаньте лицом друг к другу. Один из партнеров выполняет движения руками или ногами, другой должен их зеркально отобразить.
* Зеркальное рисование. Положите на стол чистый лист бумаги. Возьмите в обе руки по карандашу или фломастеру. Начните рисовать одновременно обеими руками зеркально – симметричные рисунки, буквы. При выполнении этого упражнения почувствуйте, как расслабляются глаза и руки. Когда деятельность обеих полушарий синхронизируется, заметно увеличится эффективность работы всего мозга.
* Зажмите карандаш средним и указательными пальцами. Сгибайте и разгибайте эти пальцы так, чтобы карандаш не опускался ниже большого пальца. Упражнение выполняется сначала одной, затем другой рукой.
* Положите на стол 10-15 карандашей. Необходимо собрать одной рукой в кулак все карандаши, беря их по одному. Затем по одному выложить их на стол.
* Горизонтальная восьмерка.Вытянуть перед собой правую руку на уровне глаз, пальцы сжать в кулак, оставить вытянутыми указательный и средний. Нарисовать в воздухе этими пальцами знак бесконечности как можно большего размера. Когда рука из центра этого знака пойдет вверх, начните слежение немигающими глазами, устремленными на промежуток между окончаниями этих пальцев, не поворачивая головы. Те, у кого возникли трудности в прослеживании (напряжение, частое моргание), должны запомнить отрезок «горизонтальной восьмерки», где это случается, и несколько раз провести рукой, как бы заглаживая этот участок. Необходимо добиваться плавного движения глаз без остановок и фиксаций. В месте остановки потери слежения нужно провести рукой несколько раз туда-обратно по линии горизонтальной восьмерки. Одновременно с глазами следить за движениями пальцев по траектории горизонтальной восьмерки хорошо выдвинутым изо рта языком.
* Колечко. Поочередно и как можно быстрее перебирать пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем плавно и поочередно, последовательно указательный, средний и т. д. Проба выполняется в прямом (от указательного к мизинцу) и в обратном (от мизинца к указательному) порядке. Вначале методика выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе.
* Лезгинка. Левая рука сложена в кулак, большой палец отставлен в сторону, кулак развернут пальцами к себе. Правая рука прямой ладонью в горизонтальном положении прикасается к мизинцу левой. После этого одновременно меняется смена правой и левой рук в течение 6–8 смен позиций. Добиваться высокой скорости смены положений.
* Ухо – нос. Левой рукой возьмитесь за кончик носа, а правой рукой – за противоположное ухо. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладони, поменяйте положение рук «с точностью до наоборот».
* Поза Наполеона. Обхватываем себя руками, меняя то правую, то левуюруки в верхнем и нижнем положении.

  От развитости межполушарных связей у детей зависит обучаемость, скорость и легкость овладения новыми навыками. Чем более они развиты, тем легче ребенку осваивать чтение, письмо, достигать успехов в спорте и даже строить межличностные отношения. Сила, равновесие, подвижность, пластичность нервных процессов осуществляется на более высоком уровне. Совершенствуется регулирующая и координирующая роль нервной системы. Данные методики позволяют выявить скрытые способности человека и расширить границы возможностей деятельности его мозга. Следует отметить, что эти методы не требуют материальных затрат, удобны в применении, органично вписываются в структуру занятий, а главное -  обучающиеся выполняют их с большим желанием и удовольствием, что является немаловажным для роста мотивации в обучении.

Подготовила: Ковалевская Марина Николаевна,

педагог-психолог структурного подразделения «Детский сад»