Мастер-класс «Как развивать у детей межполушарное взаимодействие»

Человек, который сегодня вступает в жизнь должен увидеть, услышать, понять и запомнить значительно больше информации, чем 10, 5 лет назад.

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

Кинезиология - это наука о развитии умственных способностей и двигательной активности через движение.

 В последнее время мы часто слышим о важности развития межполушарных связей у детей, и даже в продаже появились специальные пособия, тренажеры, прописи для развития межполушарного взаимодействия.

Попробуем разобраться: что же такое межполушарные связи, зачем они нужны, и как их развивать. Единство мозга складывается из деятельности двух его полушарий, тесно связанных между собой системой нервных волокон.

Межполушарные связи формируются вплоть до 12-15 лет, постепенно в несколько этапов. Но, по мнению ученых, дошкольный возраст - наиболее благоприятный период для развития мозговых структур. Основное развитие межполушарных связей формируется в возрастном периоде от 3 до 8 лет - у девочек до семи лет, у мальчиков до восьми – восьми с половиной лет. Именно в этом возрасте закладывается интеллектуальная основа и чем лучше будут развиты межполушарные связи, тем выше у ребёнка будет интеллектуальное развитие, память, внимание, речь, воображение, мышление и восприятие. А вот неспособность правого и левого полушарий к полноценному взаимодействию – одна из причин нарушения функции обучения и управления своими эмоциями.

Как же «подружить» две половинки мозга ребёнка? Ответ прост – играть в особенные игры, заниматься «гимнастикой мозга». Современная психолого-педагогическая практика предлагает множество игр и упражнений для развития межполушарного взаимодействия у детей. Необходимо лишь подобрать оптимальный комплекс упражнений, направленный на решение той или иной задачи.

Комплексы нейродинамической гимнастики для дошкольников построены на основе кинезиологических упражнений, мануальных и психомоторных игр. Главная идея, которую пропагандируют кинезиологи, такова – развивающая работа должна быть направлена от движения к мышлению, а не наоборот.

Во время стресса происходит нарушение **межполушарного взаимодействия**, и соответственно нарушение скоординированной работы двух полушарий, это является **основной причиной***«забывания»* информации на проверках и экзаменах. Следовательно, одним из **основных** условий высокой стрессоустойчивости ребёнка является полноценное развитие мозолистого тела.

При несформированности **межполушарного взаимодействия** не происходит полноценного обмена информации между правым и левым полушарием каждое из которых постигает внешний мир по своему

Обычно у человека одно из полушарий является доминирующим и это проявляется в различии способа переработки информации.

Еще в 1981 году ученые из СССР придумали тест, который позволяет с невероятной точностью определить доминирующее полушарие мозга человека

Возьмите карандаш и бумагу после прохождения каждого задания будем отмечать результат, записывая его на бумаге.

1. Переплетите пальцы

Сложите руки вместе и переплетите пальцы. Большой палец какой руки оказался сверху?

Если левой руки, то поставьте на листе букву *«П»*, если правой руки — букву *«Л»*.

• Тут нет ошибки. Каждое полушарие мозга управляет противоположной стороной тела, поэтому, если доминирует правая рука, то это левое полушарие, и наоборот.

2. Проба Розенбаха

Возьмите в руку карандаш и вытяните его перед глазами, как на картинке. Теперь посмотрите на кончик карандаша и *«прицельтесь»*. Закройте сначала один глаз, затем другой. При закрытии какого глаза изображение смещается сильнее?

Если при закрытии правого глаза изображение смещается сильнее, то поставьте на листе букву *«Л»*, если левого — *«П»*. Если изображение смещается одинаково, то поставьте *«ноль»*.

3. Поза Наполеона

Встаньте и скрестите руки на груди, как на картинке. Кисть какой руки лежит сверху? Если кисть левой руки — ставьте *«П»*, если правой — *«Л»*.

4. Аплодисменты

Похлопайте в ладоши и обратите внимание на то, какая рука при этом оказалась у вас сверху.

Если левая ладонь — ставьте букву *«П»*, если правая — букву *«Л»*.

5. Положите ногу на ногу

Присядьте, закинув ногу на ногу. Какая нога оказалась сверху? Если правая — поставьте букву *«Л»*, если левая — букву *«П»*.

6. Подмигните

Каким глазом вы подмигнули? Если правым — *«Л»*, левым — *«П»*.

7. Вращение

Встаньте на ноги и немного повращайтесь вокруг своей оси. В какую сторону вы вращались? Против часовой стрелки — *«Л»*, по часовой — *«П»*.

 8. Окружность

Любой рукой нарисуйте окружность и завершите ее стрелкой. Если линия идет против часовой стрелки — поставьте *«Л»*, по часовой — *«П»*.

А теперь посчитайте какое именно полушарие преобладает у вас

• В левом полушарии находится центр речи, поэтому *«левополушарные»* люди любят поговорить, левое полушарие способно понимать только буквальный смысл слов, оно не воспринимает музыку, *«левополушарные»* люди могут не узнать вас на улице.

Эти люди любят углубляться в детали, они скрупулезны, сначала выделяют детали, а по деталям формируют представление о предмете в целом. Левое полушарие запоминает логические связи, графики и системы.

Правое полушарие отвечает за интонацию,эти люди говорят мало, но уделяют особое внимание интонации, чувствительны к юмору и понимают метафоры.

Правое полушарие дает возможность мечтать и фантазировать. С помощью правого полушария мы можем сочинять различные истории.

*«Правополушарные»* сначала *«схватывают»* образ целиком, а потом выделяют детали.

Какие результаты бы Вы не получили, никогда не поздно начать тренировать свой мозг, чтобы оба полушария головного мозга стали равноценно развиты

существует ряд кинезиологических упражнений, которые развивают **межполушарное взаимодействие**, улучшают мыслительную деятельность, развивают мелкую моторику, память, внимание, речь, мышление.

Я предлагаю вам выполнить несколько простых, но действенных упражнений вместе со мной на развитие **межполушарных связей**

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.

Снежок

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»*.

Детям очень нравятся кинезиологические упражнения в речевом сопровождении. Ритм речи, особенно ритм стихов способствует развитию координации, общей и тонкой произвольной моторики. Движения становятся более плавными, выразительными, ритмичными. С помощью стихотворной ритмической речи вырабатываются правильный темп речи, ритм дыхания, развиваются речевой слух, речевая память. Стихотворная форма всегда привлекает детей своей живостью, эмоциональностью, без специальных установок настраивая детей

Упражнение – Кулак – ладонь. Обе руки лежат на столе или на коленях ладонями вниз, одна сжата в кулак. Одновременно кулак разжать, а другую ладонь сжать в кулак, поменять руки. Движения по мере усвоения можно ускорять, но следить за тем, чтобы сжатия - разжатия производились попеременно, не соскальзывая на одновременные.

Вот ладошка, вот кулак.

Всё быстрей делай так.

Упражнение называется *«Оладушки»*. Правая рука лежит на колене ладонью вниз, левая – на другом колене ладонью вверх. Одновременная смена: теперь правая – ладонью вверх, левая – ладонью вниз. По мере усвоения – движения ускорять.

Мы играли в ладушки – жарили оладушки.

Так пожарим, повернем – и опять играть начнем.

Упражнение – Кулак – ребро – ладонь. Три положения руки на плоскости стола, последовательно сменяют друг друга. Ладонь на плоскости, сжатая в кулак ладонь, ладонь ребром на плоскости стола, распрямленная ладонь на плоскости стола: выполняется сначала правой рукой, потом – левой, затем – двумя руками вместе. Количество повторений – по 8-10 раз. При усвоении программы или при затруднениях в выполнении помогайте себе командами (кулак – ребро – ладонь, произнося их вслух или про себя.

Лягушка хочет в пруд,

Лягушке скучно тут.

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.

Кисть мы в кулачок сжимаем,

А другую разжимаем,

А потом их поменяем.

И лезгинку начинаем.

При проведении упражнений обязательное условие – передача положительных эмоций. Но главное, о чем необходимо помнить, - занятие от начала до конца должно быть добрым!

Таких простых, но очень действенных упражнений очень много. Я подготовила для вас небольшие буклеты, в которых вы найдете некоторые кинезиологические упражнения, они помогут вам в вашей работе и пригодятся для вас самих.

 Результат занятий:

повышение умственной работоспособности;

развитие внимания;

снижение утомляемости;

повышение усвояемости учебного материала;

улучшение успеваемости;

развитие мелкой моторики;

снижение уровня тревожности;

развитие межполушарных связей;

возможность ускорить процесс коррекции дисграфии, дислексии, развития речи.