

Межполушарные связи: что это? Развитие межполушарного взаимодействия

Консультация для педагогов

Межполушарное взаимодействие представляет собой синхронизацию работы полушарий головного мозга путем развития нейронных связей между правым и левым полушарием.

Мозг состоит из нейронов, это клетки головного мозга. Любой навык – это набор нейронов, которые соединены друг с другом нейронными связями. Когда мы что-то много раз повторяем, создаются и укрепляются нейронные связи. Чем больше у человека нейронных сетей, тем большим количеством навыков он владеет.

При овладении любым навыком нужно максимально запустить мозг.

Как же активизировать оба полушария? С анатомической точки зрения около трети всей площади мозга занимает проекция кисти руки. Эта область головного мозга называют двигательной зоной.

На эту же область накладываются зоны, отвечающие за высшие психические процессы (память, внимание, мышление, речь, восприятие). Это означает, что те зоны головного мозга, которые помогают нам двигаться, помогают нам мыслить.

Дошкольный возраст – наиболее благоприятный период для развития высших мозговых структур. Предлагаемые упражнения увеличивают активность мозга, развивают память, внимание, восприятие, речь. Эти упражнения будут полезны и взрослым. Они помогут восстановить работоспособность и продуктивность, развить более ясное и позитивное мышление.

Упражнения можно выполнять в любом порядке и сочетании.

1. «Жарим блинчики»

Положить руки на стол, одну руку ладонью вверх, другую – вниз. На счёт (1 – 2 – 3) синхронно переворачиваем ладошки. 1 – 2 – 3 . (Жарим блинчики с каждой стороны). Теперь ладошку, которая смотрит наверх, сжимаем в кулак. (Заворачиваем начинку в блинчик. Обговорите с ребёнком, какая начинка ему больше нравится, какую начинку он завернёт).

Выполняем упражнение сначала медленно, затем увеличиваем темп.

2. «Играем на фортепиано»

Постучите каждым пальцем правой руки по столу под счёт «1, 1-2, 1-2-3 и т.д.». Затем левой рукой. Двумя руками одновременно.

3. «Колечки»

Поднимаем вверх ладошку правой руки и начинаем перебирать пальцы, соединяя в кольцо с большим пальцем поочередно указательный, средний, безымянный и др. Выполняется сначала правой рукой, затем левой, затем обеими. Темп можно менять.

Можно использовать при этом стихотворение:

В гости к пальчику большому

Приходили прямо к дому

Указательный и средний,

Безымянный и последний.

Сам мизинчик-малышок

Постучался на порог.
Пальцев дружная семья –
Друг без друга им нельзя.

4. «Кулак-ребро-ладонь»

Покажите ребенку четыре положения ладони на столе:
раскрытая ладонь «смотрит вниз»;
раскрытая ладонь «смотрит вверх»;
ладонь, сжатая в кулак;
ладонь ребром на столе.

Сначала упражнение выполняется только правой рукой, только левой рукой. Затем обеими руками. Можно менять темп выполнения. Если у ребенка все получается, то при этом можно одновременно произносить веселые стихи. Например,

Три мудреца в одном тазу
Пустились по морю в грозу.
Будь попрочнее старый таз,
Длиннее был бы мой рассказ.

5. «Пальчики шалят»

Ладони плотно лежат на столе. Начиная с мизинца, поднимаем по одному пальцу: на правой руке, на левой руке, на обеих одновременно. Выполняйте вместе с ребёнком. Он будет смотреть на ваши руки и делать как вы. Меняем темп выполнения упражнения.

Усложняем игру («Путаница»)

а) Даём установку: "Делай то, что слышат наши ушки, а не то, что я показываю". (Взрослый просит поднять мизинец, при этом сам поднимает указательный палец и т.д.)

б) Даём установку: "Делаем то, что видят глазки, а не то, что слышат ушки". (Взрослый поднимает большой палец, при этом просит поднять безымянный и т.д.)

В данном случае мы активизируем слуховое и зрительное внимание ребенка, формируем самоконтроль.

6. «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».

7. «Голова – живот»

Упражнение можно выполнять сидя или стоя.

Правой рукой похлопываем по голове, а левой круговыми движениями гладим живот. Меняем руки.

8. Поза Наполеона

Обхватываем себя руками, меняя то правую, то левую руки в верхнем и нижнем положении.

9. Зеркальное рисование

Положить на стол чистый лист бумаги. Попросите ребенка взять в обе руки по карандашу или фломастеру. Попросите его рисовать одновременно обеими руками одновременно (простые геометрические фигуры, простые рисунки). Затем попросите ребёнка заштриховать то, что он нарисовал. Важно, чтобы ребёнок работал обеими руками одновременно.