**Консультация для родителей**

**Развитие межполушарных связей у детей, упражнения и игры.**

**Признаки несформированности межполушарного взаимодействия**

Каждое полушарие отвечает за определенные функции в нашем организме, психические, физические, умственные. Важна не только работа каждого по отдельности, но и налаженность их взаимодействия между собой. При нормальном развитии ребенка они начинают синергично работать вместе ближе к 2-3 годам, благодаря чему наше зрительно-пространственное, слуховое, тактильное и другое восприятие совершенствуется. Это в свою очередь дает толчок развитию мышления, памяти, воображения, внимания, связной речи, мелкой и крупной моторики. Если по тем или иным причинам есть несформированность межполушарного взаимодействия, то мы наблюдаем отставание по всем перечисленным параметрам. Тогда развитие межполушарных связей у детей необходимо стимулировать подобранными упражнениями и играми, чем успешно занимаются нейропсихологи, психологи и ответственные родители!

Сегодня поговорим о том, какие признаки указывают на несформированность данных связей, и какими заданиями можно поправить ситуацию. Закладка отлаженной совместной работы обоих полушарий начинается рано, чуть ли не с внутриутробного периода, потому после рождения важно не терять времени, если заметили отклонения, а сразу же заняться налаживанием синергических взаимодействий рук и ног, языка и глаз.

**Что произойдет, если связь левого и правого полушария не будет налажена?**

Ребенок будет неверно перерабатывать любую информацию, в том числе сенсорную. Она не будет передаваться координированно от одного полушария к другому. Это приведет к искажению психических функций, проблемам с нормальной физической активностью, неловкости движений, инфантильности, ослаблению познавательного интереса, эмоционально-волевым отклонениям, сложностям в обучении в ДОУ и школе и т.д. Нам просто необходимо трудиться над единством рабочего процесса головного мозга!

**Признаки несформированности межполушарных связей**

В развитии и поведении ребенка всегда можно заметить определенные маркеры, указывающие на разобщенность в работе двух половинок мозга. Как правило, в данном случае страдает нервная проводимость через мозолистое тело, которое как раз и связывает в теменно-затылочной области обе части. Тогда одно полушарие блокируется, а второе берет на себя больше функций, но это не решает проблемы полностью. Итак, у ребенка вы можете отметить:

* плохую координацию;
* слабое переключение с одного движения на другое;
* несоблюдение последовательности движений;
* длительные паузы между ними;
* общую моторную неловкость;
* плохое развитие мелкой моторики пальчиков и кистей рук;
* невозможность повторить движения за взрослым;
* позднее развитие моторики, отставание в физическом развитии (поздно сел, пополз, встал);
* у некоторых детей так и не формируется умение правильно ползать;
* затянутое формирование или его полное отсутствие доминантной (ведущей) руки;
* слабую или неправильную артикуляцию, речевые задержки и серьезные патологии (логопедические проблемы);
* отклонения в психическом развитии (память, мышление, внимание, воображение);
* инфантильность в поведении;
* слабую познавательную мотивацию (ребенку не интересно узнавать новое, он не стремится к этому);
* агрессивность, плаксивость, негативизм и т.д.

При такой картине необходимо искусственно заставлять полушария объединятся в единую интегративно-целостную систему. Обычно основной и наиболее важный этап развития межполушарных связей у детей заканчивается к 7-8 годам, у девочек чуть раньше, у мальчиков — позже. Мозговые структуры продолжают еще потихоньку развиваться до 11-12 лет, после чего время не повернуть вспять, если вы не занимались с ребенком. По крайней мере, достичь чего-то будет в десятки раз сложнее.

У новорожденных оба полушария развиты одинаково, но в процессе роста одно из них начинает более активное формирование. Правое отвечает за воображение и творчество. Такие дети склонны к гуманитарным наукам и искусству. Левое полушарие отвечает за логику, письмо, чтение, математику и понимание точных наук. Кстати, за движение каждой стороны тела отвечает противоположное полушарие. Движение левой руки обеспечивает правое полушарие. Но это так, для справки)))

**Развитие межполушарных связей у детей, упражнения и игры**

Для развития межполушарного взаимодействия у детей используют разные методики и подходы. Специалисты часто прибегают к кинезиологическим упражнениям, помогающим укрепить физическое и психическое здоровье, наладить нормальную координацию, развить речь и пространственные представления/ориентировку, снизить утомляемость и повысить эмоционально-волевую устойчивость.

В принципе, родители тоже могут выполнять подобные упражнения с ребенком дома, пройдя перед этим курс реабилитации у специалиста. Продолжительность занятий всегда зависит от возраста. Чем ребенок меньше, тем короче сеанс. Длительность составляет от 5 до 60 минут. Моя дочка Аня начинала в 5 лет с 15 минут, сейчас в 7 она выдерживает почти час.

**Кинезиологические упражнения для развития межполушарных связей у детей**

Кинезиологические упражнения для межполушарного взаимодействия – это комплекс движений, помогающих активизировать синергию двух полушарий и обмен информацией между ними.

**Кулак – ребро – ладонь**

Одно из самых часто используемых упражнений для диагностики детей старшего дошкольного возраста. Если ребенок не может его выполнить после демонстрации взрослым, значит, проблемы есть. Оно влияет на развитие мозолистого тела и произвольность движений. Выполняется следующим образом.

На плоскости стола ладонь сменяет три положения: ставим на стол кулак, потом боковую часть (ребро) ладони, потом распрямленную ладонь (ее внутреннюю сторону). Сначала выполняется вместе с взрослым, потом несколько повторений самостоятельно. Меняем правую и левую руку., затем делаем двумя руками одновременно.

**Колечко**

Последовательно соединяем все пальцы с большим. Так доходим до мизинца и идем обратно. Сначала упражнение выполняется правой рукой, потом левой, после работают обе руки вместе.

**Яблоко и червячок**

Еще одно упражнение для развития межполушарного взаимодействия у детей. Левая рука показывает знак «класс», правая сжата в кулак. В правой «червячок» спрятался в яблоко, в левой – вылез. Взрослый хлопает, и ребенок должен поменять положение рук. Повторяем 5-10 раз.

**Гусь – курица – петух**

Обе руки смотрят друг на друга. Сначала изображается гусь: пальцы собраны щепоткой и максимально вытянуты, при этом большой палец как бы лежит на остальных. Курица выполняется так: ладони чуть согнуты, указательный палец опирается набольшой, остальные просто прижаты друг к другу – получается, будто мы соорудили колечко из всех пальчиков. Петух: ладошки поднимаем вверх, большой и указательный пальцы соединены в кольцо, остальные пальцы устремляются вверх (гребень). Поочередно меняем три положения, повторяем 5-10 раз.

**Ухо – нос**

Предлагаем ребенку коснуться левой рукой кончика носа, правая держится за левое ухо. Меняем положение: правая рука к носу, левая – к правому уху. Смена происходит при хлопке взрослого. При хорошем выполнении можно предложить ребенку совершать хлопок самостоятельно и быстро менять положение рук.

**Ножницы – собака – лошадка**

Ладонь разворачиваем ребром и изображаем «ножницы» указательным и средним пальцами, при этом мизинец и безымянный прижаты большим пальцем. Быстро меняем «ножницы» на «собаку». Для этого ладонь оставляем ребром, большой палец поднимаем и выпрямляем, указательный согнут, остальные полностью выпрямлены. Теперь меняем «собачку» на «лошадку»: подключаем правую руку, на которой большой палец смотрит вверх, остальные выпрямлены, в это время левой рукой обхватываем правую и большой палец поднимаем тоже вверх, немного скрещивая его с большим пальцем правой руки (грива лошадки). Стараемся быстро менять все три положения. Можно делать это по хлопку взрослого.

**Зайчик – коза – вилка**

Положение «заяц»: ладонь поднята вверх, указательный и средний пальцы – тоже, остальные прижаты к ладони, большой придерживает их. «Коза»: ладонь остается в вертикальном положении, указательный и мизинец смотрят вверх, остальные пальцы прижаты к ладони, большой снова их придерживает. «Вилка»: большой и указательный пальцы соединены, остальные подняты вверх. Быстро меняем позиции пальцев.

**Флажок – рыбка – лодочка**

Для «флажка» располагаем ладошку ребром к горизонтальной плоскости, большой палец тянется вверх, остальные выпрямлены. Меняем на «рыбку» и разворачиваем ладонь внутренней стороной к горизонтальной плоскости, слегка согнув все пальцы и соединив их вместе, при этом большой немного «заныривает» под остальные. «Лодочку» изображаем, сложив обе ладошки вместе, чуть разъединив их посредине (ребром к плоскости). Быстрая смена позиции, повторов от 5 и больше.

**Дом – ежик – замок**

«Дом»: пальцы рук соединены под углом, большие чуть отведены в сторону. «Ежик»: ладони ставим под углом друг к другу, пальцы одной руки расположены между пальцами другой. «Замок»: выполняется по принципу «ежика», но пальцы согнуты, а ладони плотнее прижаты друг к другу.

**Игра с мячом для пальчиков**

Под стихотворные строки перекидываем маленький поролоновый мячик между пальчиками, начиная с пары «указательный – средний».

*Мячик мой не отдыхает,*

*Между пальцами гуляет.*

Теперь перекидываем его из ладони в ладонь.

*Поиграю я в футбол*

*И забью в ладошку гол.*

**Горизонтальная восьмерка**

Вытянутой рукой ребенок рисует в воздухе горизонтальную (перевернутую набок) восьмерку. Смена руки. Рисование двумя руками одновременно. Желательно при этом следить глазами за движением руки. Как правило, деткам с особенностями развития удается это не сразу.

**Перекрестные упражнения для развития межполушарных связей у детей**

Работа телом, т.е. подключение крупной моторики, тоже позитивно влияет на синергичную работу полушарий, что очень позитивно в свою очередь сказывается на координации, графомоторных навыках и речи.

**Перекрестные шаги**

Смысл заключается в том, что ребенок попеременно соединяет правый локоть с левым коленом, а левый локоть – с правым коленом. Выполняются движения ритмично, попеременно. Можно под хлопки или счет взрослого.

В некоторых методичках предлагается соединять локоть не с коленом, а лодыжкой. Все зависит от уровня гибкости конкретного ребенка. Мы берем данный вариант в качестве усложненного.

**Крюки Деннисона**

Скрещиваем ноги, ступни упираются в пол, руки прижаты к груди, кисти вывернуты наружу, локти направлены вниз. Глаза смотрят вверх, но голова не задрана. Язык касается твердого неба, оставаясь за рядом верхних зубов. Стоим несколько секунд и меняем положение. Руки размыкаем и опускаем вниз, соединив кончики пальцев, большие при этом расположены параллельно полу. Глаза опущены, язык остается в прежнем положении, как и голова. Ноги прямые. В общем упражнение можно выполнять до 2 минут.

**Сам себе качели**

Округляем спину, обхватываем колени двумя руками и откидываемся назад. Качаемся назад – вперед и возвращаемся в исходное положение. Теперь делаем упор на локти и кисти, снова откинувшись назад. Ногами, согнутыми в коленях, описываем в воздухе восьмерки. Если сложно сразу выполнить данную фигуру, просто рисуем круги.

**Правильное ползание**

Ребенок должен проползти до обозначенной цели правильно координируя движения рук и ног. Левая рука вперед, параллельно ей перемещается правая нога. Правая рука двигается, и синхронно с ней активна левая нога. Упор на ладони. По такому принципу выполняется правильное ползание, что нелегко дается детям с сенсорными проблемами и другими отклонениями.

**Упражнение на спине с подъемом рук и ног**

Ребенок лежит на спине, ноги согнуты и вытянуты, руки вдоль туловища. Подъем правой руки вверх происходит синхронно с подъемом левой ноги, затем смена положения. При этом необходимо ровно дышать, выдыхая на подъеме.

**Упражнения на листе для развития межполушарных связей**

Когда синхронно задействованы обе руки, полушария вынуждены работать вместе. В этом помогут симметричные зеркальные рисунки или **зеркальное рисование**. Оно совмещает формально-логическое и синтетическое восприятие действительности. Важно соблюдать основной принцип, в котором отражается условие симметричности относительно центральной оси рисунка, т.е. одно изображение не должно быть зеркальным отражением другого – это единая, отцентрованная, целостная картина. Начинают рисовать снизу – вверх и стараются не помогать более слабой руке сильной.

Пробуем обводить пальчиками или фломастером рисунок с четким контуром.



Затем занимаемся с такими же изображениями, но выполненными штриховыми линиями.

С опорой на часть рисунка, в зависимости от ведущей руки. Ведущая дорисовывает, а подчиненная просто обводит имеющуюся половину.



Сложнее будет выполнять ту же самую работу по клеточкам. Но высшим пилотажем станет зеркальное рисование в свободном варианте, когда ребенок сам придумывает изображения и узоры. Лучше начать с загогулин и каракуль.**Пробуйте всегда раскрашивать обеими руками рисунки, которые получились.**

Большим подспорьем станут **специальные прописи** для развития межполушарного взаимодействия. В них собраны упражнения для оттачивания графомоторных навыков письма перед школой.



В них могут быть необычные задания не только на обводилки и раскрашивание.



Пробуйте **строить из кубиков** две одинаковые башни (домики) одновременно – конструирование полезно само по себе, а при слаженной работе двух рук оказывает незаменимую помощь в нейропсихологии.

Пробуйте **штриховать двумя руками** в разных направлениях.



Незаменимым помощником в нашем деле станут специальные дорожки (лабиринты, кнопочки), по которым можно ходить двумя руками.

Думаю, для домашней работы я дала достаточно материала на развитие межполушарных взаимодействий у детей. Пользуйтесь, занимайтесь и развивайтесь!