

Развитие межполушарных связей: полезные упражнения и весёлые игры для детей 5–7 лет



Известно, что мозг человека состоит из двух полушарий, у каждого из которых свои функциональные задачи. Правое полушарие отвечает за воображение, абстрактное мышление, интуицию; левое — за мыслительные операции, память, языковые способности, аналитическое мышление.

Ведущее полушарие — врождённый признак. Дети рождаются правшами (левополушарными), левшами (правополушарными) или амбидекстрами (равнополушарными). Но, как и мышцы, мозг поддаётся тренировке. И дошкольное, и тем более школьное образование активно стимулирует работу левого полушария. Именно поэтому, кстати, многие взрослые утрачивают детскую способность фантазировать и погружаться в свой воображаемый мир, перестают слышать свой внутренний голос и доверять своей интуиции. Чтобы сохранить баланс между полушариями мозга, необходимо развивать связи между ними. Как? Давайте разбираться вместе, друзья!

«Право — лево»

Важно научить ребёнка уверенно различать правую и левую стороны. Для совершенствования этого навыка как можно чаще включайте в ваш комплекс развивающих занятий с дошкольником задания такого плана:

- вытяни перед собой [правую | левую] руку;
- встань на [правую | левую] ногу;
- ударь по мячу [правой | левой] ногой;
- возьми конфету [правой | левой] рукой.

Когда подобные упражнения будут даваться легко, усложните задачу:

- прикоснись [правой | левой] рукой к [левому | правому] [уху | глазу];
- [правой | левой] рукой гладь себя по голове, а другой стучи по столу;
- указательный палец [правой | левой] руки поставь на кончик своего носа, а большим и указательным пальцами другой руки возмись за мочку уха с противоположной стороны;
- встань на [правую | левую] ногу и подними [левую | правую] руку вверх.

Сначала вам придётся проделывать все упражнения вместе с ребёнком (впрочем, такие занятия полезны не только детям, но и взрослым). Но очень скоро малыш усвоит правила игры и будет сам с удовольствием выполнять все задания, ориентируясь на ваши словесные команды. Это сделает развитие межполушарных связей ещё более эффективным.

Пальчиковые кинезиологические упражнения «Ударный ансамбль»

Поочерёдно стучать по столу кулаком, ребром ладони, распрямлённой ладошкой. Стучать сначала правой, потом левой рукой, потом двумя руками сразу, потом поочерёдно меняя руки в режиме:

- кулак — левой;
- ребро — правой;
- ладонь — левой;
- кулак — правой;
- ребро — левой и т. д.

«Фонари зажглись»

Расслабленные руки положить на стол ладонью вниз.

- «фонари горят»: развести прямые пальцы в стороны;
- «фонари погасли»: сложить кулачки;
- «фонарик включился»: пальцы на одной руке выпрямить;
- «фонарик включился»: пальцы второй руки выпрямить.

Когда ребёнок поймёт правила, отдавайте команды:

- оба фонарика горят;
- левый фонарик погас;
- оба фонарика погасли;
- оба фонарика зажглись;
- правый фонарик погас.

«Цепочка»

- Соединить указательный палец левой руки с большим пальцем правой.
- Над первым «звеном» образовать второе — соединить указательный палец правой руки с большим пальцем левой.
- Разорвать нижнее «звено» и снова соединить его над верхним.
- Продолжить составлять «цепочку», постепенно увеличивая темп.

«Колечко»

- Образуйте «колечко», поочерёдно соединяя большой палец с указательным, средним, безымянным и мизинцем. Постепенно увеличивайте темп.
- Выполните упражнение в прямом порядке сначала одной рукой, потом другой.
- Выполните упражнение в обратном порядке (от мизинца к указательному) сначала одной рукой, потом другой.
- Выполните упражнение двумя руками сначала в прямом порядке, потом в обратном.
- Выполните упражнение правой рукой в прямом порядке, левой — в обратном, а затем наоборот: левой — в прямом, правой — в обратном.

«Карусели»

- Соедините попарно подушечки пальцев противоположных рук: большой с большим, указательный с указательным и т. д.

- Разведите большие пальцы и совершайте ими круговые движения сначала в одном направлении, потом в другом. Вновь соедините подушечки больших пальцев.
- Прodelайте аналогичные действия с каждой парой пальцев.

Игры для развития межполушарных связей

«Что ты видишь»

Задача ребёнка в течение нескольких минут в быстром темпе называть всё, что попадает в его поле зрения. Играть можно дома, на прогулке, в транспорте, в магазине — в общем, где угодно.

В процессе игры правое полушарие воспринимает образы, а левое подбирает к ним соответствующие названия. Чем больше слов будет названо, тем эффективнее работает мозг. Вы можете использовать таймер и вести подсчёт слов, заносая результаты в специальную табличку. Так у малыша появится соревновательный момент с самим собой (или с другими детками, если проводить игру для детской компании).

«Назови букву»

Подготовьте карточки такого вида:

З Ж В Д	С Т Ф Ш	Б Д Т П
Л П П В	В В Л П	П Л П В

Буквы верхней строчки ребёнок должен произносить вслух. Желательно громко и чётко.

В нижней строчке за буквами скрываются команды, которые надо выполнять (ИП: стоя, руки вытянуты вдоль тела):

- «Л» — левую руку поднять влево;
- «П» — правую руку поднять вправо;
- «В» — обе руки поднять вверх.

Чтобы справиться с заданием, ребёнку придётся одновременно считывать информацию с двух строк, произносить букву и при этом совершать движение руками. Сначала будет непросто. Хотя... Готовы проверить?

«Назови цвет»

Сразу предупреждаем! Эта игра подходит только для хорошо читающих детей. Малыши, которые знают цвета, но только учатся собирать буквы в слоги и слова, справятся с ней великолепно. А вот книжечку, который при виде последовательности букв сразу воспринимает скрывающийся за ней образ, будет непросто.

Итак, вам надо подготовить карточки такого вида:

ЗЕЛЁНЫЙ СИНИЙ ЖЁЛТЫЙ	СИНИЙ БЕЛЫЙ ОРАНЖЕВЫЙ
КРАСНЫЙ ЧЁРНЫЙ ГОЛУБОЙ	РОЗОВЫЙ СЕРЫЙ ЗЕЛЁНЫЙ

Обратите внимание: цвет текста не должен соответствовать тому, что написано. Задача игрока — называть цвет букв, а не читать слово.

Т. е. для первой карточки правильным ответом будет последовательность слов:

- красный;
- зелёный;
- синий.

Подготовьте как можно больше таких разрезных карточек и быстро выкладывайте их перед ребёнком одну за другой.