



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 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! Важно научить ребёнка уверенно различать правую и левую стороны.

Рекомендуем вам для совершенствования этого навыка как можно чаще включайте такие задания:

- 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.

«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, занося 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?

Источник:

Трясорукова Т.П. Развитие межполушарного взаимодействия у детей - Ростов н/Д.: Феникс, 2020.

Лебедева Елена Анатольевна, педагог психолог