

Межполушарное взаимодействие



Дошкольный и младший школьный возраст — наиболее благоприятный период для развития мозговых структур, а следовательно, и интеллекта, межполушарных связей и психических процессов. Мозг человека состоит из двух полушарий — левого и правого. Они соединены между собой мозолистым телом, через которое и проходит обмен информацией между двумя полушариями.

В протекании психических функций принимают участие оба полушария мозга, где каждое выполняет свою роль. Правое полушарие отвечает за воображение, оно позволяет человеку мечтать, воображать, фантазировать и, как следствие, — сочинять и учить наизусть. «Правополушарные» дети лучше танцуют, воспринимают музыку, любят рисовать, понимают юмор. Левое полушарие отвечает за языковые способности ребёнка, письмо и чтение. «Левополушарные» люди имеют возможность последовательно обрабатывать информацию, делать выводы.

Работа обоих полушарий очень важна для человека. У новорожденного оба полушария развиты одинаково, и он пользуется ими в полной мере, но в процессе развития, обучения одно из полушарий развивается активнее другого. Необходимо развивать межполушарные связи, это основа интеллектуального развития.

Как достичь баланса полушарий мозга? Несколько упражнений в копилку родителям и специалистам.

✓Пересечение средней линии тела

Играйте в игры, которые вынуждают ребенка пересекать среднюю линию его тела. Например, пусть ребенок помарширует на месте, высоко поднимая колени, и при этом левой рукой хлопает по правому колену, а затем правой рукой хлопает по левому колену.

Можно немного усовершенствовать игру, добавив в качестве фона любимую музыку. Под динамичные песни движения должны ускоряться, а под более спокойные, соответственно, замедляться. Чередуйте их для разнообразия.

✓Включение воображения

Поощряйте ребенка придумывать себе всевозможные игры или импровизировать в разыгрывании сценочек с участием игрушек. Такое проявление творчества может помочь ребенку в развитии его правого полушария мозга.

✓Жонглирование

Это отличная широкомасштабная деятельность мозга по балансу, ведь она требует хорошо скоординированных моторных навыков и сосредоточения внимания на объектах, которые перемещаются от одной стороны тела к другой.

✓Свободное владение словом.

Предложите ребенку следующую игру: пусть он за 60 секунд постарается назвать как можно больше слов (любой тематики), начинающиеся на определенную букву. Посчитайте сколько слов он смог перечислить и понаблюдайте за их количеством в динамике. Вы увидите, как ему будет удаваться это все лучше и лучше.

✓Игра «что если»

Суть игры в том, чтобы задавать самые разные вопросы, которые непременно должны начинаться со слов «что если». Что если мы все переселимся на Луну? Что если бы ты научился летать? Что если бы Человек-паук был реальным? Задайте вашему ребенку несколько вопросов в стиле «что если» и проведите совместное обсуждение ответов на некоторые из них. Такая деятельность подталкивает детей мыслить нестандартно и развивает их творческий потенциал, используя языковые навыки левого полушария мозга. Вы также можете задать более практичные вопросы. Что если мне сделают больно? Что если кто-то будет меня дразнить? Обсудите возможные решения таких ситуаций.

Результат - улучшение концентрации внимания, более уравновешенное настроение, развитие крупной моторики и укрепление физического здоровья.