

Консультация для родителей  
«Развитие межполушарного взаимодействия у дошкольников»

Педагог – психолог МАДОУ ЦРР № 7  
Трегубова Наталия Михайловна  
г. Бор Нижегородской области

Мозг человека состоит из двух полушарий: левого и правого. У кого-то лучше функционирует левое полушарие, у кого-то правое, а самый хороший вариант, когда функционируют оба полушария головного мозга.

Левое полушарие мыслит логически, а правое - творчески. Совершенно очевидно, что человеку необходимо и то, и другое. Поэтому с самого детства желательно развивать межполушарные связи. Чем лучше будут развиты межполушарные связи, тем выше у ребёнка будет интеллектуальное развитие, память, внимание, речь, воображение, мышление и восприятие.

Единство мозга складывается из деятельности двух полушарий, тесно связанных между собой системой нервных волокон (мозолистое тело).

Мозолистое тело необходимо для координации работы мозга и передачи информации из одного полушария в другое.

Нарушение мозолистого тела искажает познавательную деятельность детей. Для совместной работы обоих полушарий требуется их функциональная связь. Формируется она в период младенчества, во время ползания благодаря постоянным перекрестным движениям рук и ног. Если же период ползания оказывается, сокращен, то недостаточно развиваются координация движений, координация деятельности полушарий между собой и координация мозга и тела в целом. Развивая координацию движений, моторику ребенка, мы создаем предпосылки для полноценного функционального становления многих психических процессов.

Для успешного обучения и развития ребенка одним из основных условий является полноценное развитие в дошкольном детстве мозолистого тела. Мозолистое тело (межполушарное взаимодействие) можно развить через кинезиологические упражнения.

Кинезиология – наука о развитии головного мозга через движение.

Для формирования или развития межполушарного взаимодействия у детей дошкольного возраста можно рекомендовать кинезиологические упражнения.

Кинезиологические упражнения активизируют межполушарное взаимодействие, синхронизируют работу головного мозга. Выполнять упражнения лучше каждый день, хотя - бы по 5-10 минут.

Нейропсихологическая коррекция детей включает в себя:

- **Растяжки** нормализуют гипертонус и гипотонус мышц. Любое отклонение от оптимального тонуса негативно сказывается на развитии ребенка. У ребенка с гипотонусом наблюдается эмоциональная вялость, низкая мотивация, слабость волевых усилий, замедленное переключение нервных процессов. Гиперактивные дети не умеют расслабляться. Все реакции на

внешние стимулы быстро возникают и быстро угасают. Поэтому очень важно научить такого ребенка регулировать силу мышечного тонуса.

- **Дыхательные упражнения** развивают самоконтроль над своим поведением, улучшают ритмирование организма. Особенно полезны они для детей с синдромом дефицитом внимания и гиперактивности.

правой ноздрей. Закрывая пальцем ноздрю. Дыхание глубокое, медленное.

- **Глазодвигательные упражнения** позволяют расширить поле зрения, улучшить восприятие. Однонаправленные и разнонаправленные движения глаз и языка развивают межполушарное взаимодействие и повышают энергетизацию организма.

- **При выполнении перекрестных телесных движений** развивается межполушарное взаимодействие, снимаются непроизвольные, непреднамеренные движения и мышечные зажимы.

- **Упражнения на развитие мелкой моторики** развивают межполушарное взаимодействие, стимулируют речевые зоны головного мозга.

Упражнения необходимо проводить ежедневно. После того как дети научились выполнять пальчиковые игры. Задача взрослых - следить за правильностью выполнения упражнений

- **Массаж** воздействует на биологически активные точки.

- **Упражнения на релаксацию**

**Релаксация** (от лат. relaxation – ослабление, расслабление) – глубокое мышечное расслабление, сопровождающееся снятием психического напряжения. Релаксация может быть как непроизвольной, так и произвольной, достигнутой в результате применения специальных психофизиологических техник.

Методы релаксации и медитации показаны не только взрослым, они полезны и детям. Умение расслабиться поможет детям снять напряжение, другим - сконцентрировать внимание, снять возбуждение. Расслабление вызывается путем специально подобранных игровых приемов. Каждому дается образное название, это увлекает детей. Они выполняют расслабляющие упражнения, не просто подражая ведущему, а перевоплощаясь, входя в заданный образ.

Упражнения улучшают мыслительную деятельность, синхронизируют работу полушарий, способствуют улучшению запоминания, повышают устойчивость внимания, облегчают процесс письма.