

Современное образовательное пространство: эффективный образовательный процесс
в соответствии с обновлёнными ФГОС и ФОП

Васильева Светлана Алексеевна,

учитель-логопед,

МБДОУ «Детский сад №27 «Рябинка»

г. Новочебоксарск, Чувашская Республика, Россия

«ФИТНЕС ДЛЯ УМА»

(УПРАЖНЕНИЯ НА РАЗВИТИЕ МЕЖПОЛУШАРНЫХ СВЯЗЕЙ)

Аннотация. В статье представлен опыт работы с детьми по развитию межполушарных связей.

Ключевые слова: мыслительные операции, межполушарные связи, механизмы саморегуляции, стимулирование работы мозга, зеркально-симметричные рисунки.

«Обучая левое полушарие, вы обучаете только левое полушарие.

Обучая правое полушарие, вы обучаете весь мозг!» И. Соньер.

Все мы знаем, что наш мозг состоит из двух полушарий, каждое из которых выполняет свою работу. Левое полушарие отвечает за логическое мышление, оперирует фактами и терминами, выполняет различные мыслительные операции. А правое полушарие – это наша интуиция, образное мышление, фантазия и творческие способности. Функциональная специализация мозга является врожденной. Есть люди, у которых доминирует правое полушарие (левши), люди, с доминированием левого полушария (правши) и равнополушарные люди.

Несмотря на существование трех групп людей, наши школьные методики развивают в основном левое полушарие. Левши чаще правшей испытывают стрессы, чувство усталости из-за несвойственной им нагрузки на мозг.

К счастью, полушария мозга можно развивать. Развитие правого полушария и межполушарных связей происходит в процессе интересных упражнений. Как пра-

**Современное образовательное пространство: эффективный образовательный процесс
в соответствии с обновлёнными ФГОС и ФОП**

вило, сначала бывает трудно, но через несколько минут наступает согласование полушарий и упражнения выполняются автоматически.

В нашем дошкольном учреждении педагоги используют упражнения для развития межполушарных связей с детьми старшего дошкольного возраста в качестве физкультминуток.

Простые и забавные упражнения помогают выработать механизмы саморегуляции, самоконтроль у ребенка, снять нервное напряжение, в целом стимулируют работу мозга. Мы используем самые простые и доступные для детей упражнения.

«Капитан».

Одна рука вытянута вперед и показывает «Во!», а другая рука отдает «честь». Затем руки меняются.

«Колечко».

Поочередно и как можно быстрее перебирать пальцы рук, соединяя в кольцо большой палец с другими последовательно. Сначала в одном направлении, затем в обратном. Делать сразу двумя руками. Выполнять сначала ведущей рукой, потом другой. Чуть позже выполнять сразу двумя руками.

«Лезгинка».

Левая рука сложена в кулак, большой палец отставлен в сторону, кулак развернут пальцами к себе. Правая рука в горизонтальном положении прикасается к мизинцу левой руки. Затем положение рук меняется.

Добиваемся большой скорости и точности выполнения. Для удобства, можно считать. Например: «раз» — левая рука в кулак, «два» — правая рука в кулак.

«Кулак-ладонь».

Руки ребенка повернуты ладонями друг к другу. Хлопок в ладоши, удар кулака о ладонь, хлопок, удар другой ладони о кулак.

«Носик-ушко».

Современное образовательное пространство: эффективный образовательный процесс
в соответствии с обновлёнными ФГОС и ФОП

Руки перекрещены между собой: одна рука держит нос, другая ухо; потом руки меняются.

«Зеркальное рисование».

Положите на стол чистый лист бумаги, возьмите по фломастеру в каждую руку. Рисуйте одновременно обеими руками зеркально-симметричные рисунки: круги, горизонтальные восьмерки, овалы, палочки. Это упражнение сначала лучше выполнять в воздухе. Рисовать фигуры вытянутыми вперед руками, поставив руку на локоток.

Прикрепить лист ватмана на вертикальную поверхность. Предложить ребенку нарисовать одновременно двумя руками перевернутые петельки:

1) обе руки рисуют слева направо.

2) обе руки рисуют справа налево.

3) правая рука рисует слева направо, а левая рука одновременно рисует справа налево.

4) правая рука рисует справа налево, а левая рука одновременно рисует слева направо.

1. - Гладим животик круговыми движениями одной рукой, другой рукой по голове. Затем меняем руки. Выполняем под счет: «раз» - «два».

2. - Одна рука показывает «дулю», другая – показывает «Во!».

Можно делать через хлопок.

3. - Большой палец соединяется с остальными по очереди – одновременно обе руки (от указательного к мизинцу и в обратном порядке). Потом одна рука начинает с указательного, а другая - с мизинца.

4. - Указательный правый соединен с большим левым, а большой правый с указательным левым. Перебираем пальцами – «плетем косички».

Когда усвоены простые упражнения, то переходим к более сложным. Применяем в практике упражнения, предложенные в книге «Нейропсихологическая кор-

**Современное образовательное пространство: эффективный образовательный процесс
в соответствии с обновлёнными ФГОС и ФОП**

рекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза», известным нейропсихологом Семенович А.В.

Когда мы что-то делаем обеими руками одновременно, например, играем на музыкальном инструменте, мнем тесто, печатаем на клавиатуре компьютера, то работают оба полушария. Так что - это тоже своеобразная тренировка.

Еще полезно совершать привычные действия не ведущей рукой, а другой. Т.е. правши могут пожить жизнью левшей, а левши соответственно, наоборот, стать правшами. Это не только полезно, но и весело. А результаты таких тренировок не заставят себя долго ждать.