**Развитие межполушарного взаимодействия у детей.**

«Развитие межполушарного взаимодействия является

основой развития интеллекта и творческого самовыражения»

Сиротюк Л. А., доктор психологических наук

Головной мозг — это самый загадочный орган, его развитие начинается с момента зачатия, продолжается после рождения и заканчивается в возрасте 9–12 лет. Дошкольный и младший школьный возраст — наиболее благоприятный период для развития мозговых структур, а, следовательно, и интеллекта, межполушарных связей и психических процессов.

Специалисты в области нейропсихологии говорят, что успешная учеба ребенка в школе во многом зависит от степени развития межполушарных связей.

При недостаточном взаимодействии правого и левого полушарий мозга у ребенка могут возникать трудности в обучении письму и чтению, а также двигательная расторможенность.

Человеческий мозг состоит, как известно, из правого и левого полушарий. Каждое из них отвечает за разные функции. Левое — за логическое мышление, анализ, способности к математике, речь. Правое — за умение планировать, образное мышление, креативность, восприятие информации на слух. Для правильной работы мозга оба полушария должны быть равноценно развиты.

Функции межполушарных связей:

* эмоциональная устойчивость к негативным факторам;
* координация движений;
* успешное усвоение информации и ее анализ.

Когда связь между полушариями головного мозга слаба, ведущую роль берет на себя сильное, следовательно, функциональность другого блокируется. Это приводит к тому, что ребенок испытывает дезориентацию в пространстве, ему трудно дается обучение письму и чтению, нарушаются зрительное и слуховое восприятие, возможно неадекватное эмоциональное реагирование на различные жизненные ситуации. В результате ребенок с трудом усваивает обучающий материал и становится мнительным.

Необходимо развивать межполушарные связи; это очень просто сделать, если мы вспомним, что за работу полушария отвечает противоположная сторона тела, то есть, выполняя движения левой рукой или ногой, мы активизируем правое полушарие, а работая правой ногой или рукой — левое. Если постараться выполнять движения одновременно двумя руками, то мы сможем развивать межполушарные связи. Существуют простые упражнения, стимулирующие активность головного мозга посредством воздействия на рефлекторные точки. В результате применения этих упражнений ребёнок сможет дольше удерживать своё внимание, сосредотачиваться, наблюдать за предметами и явлениями и делать выводы из увиденного.

На взаимодействие мозговых полушарий положительным образом влияют:

* пальчиковая гимнастика;
* кинезиологические упражнения;
* самомассаж;
* дыхательные упражнения;
* дидактические задания;
* творчество;
* прослушивание классических музыкальных композиций;
* логоритмика.

Важно понимать, что чем лучше развито взаимодействие между полушариями мозга, тем проще ребенок будет обучаться новому, лучше выстраивать взаимоотношения с людьми, достигать отличных спортивных показателей.

**Упражнения для развития межполушарного взаимодействия**

Выполнять упражнения лучше каждый день, хотя бы по 5–10 минут. Эти упражнение являются «гимнастикой для мозга». Они будут полезны детям и взрослым, даже если с сформированностью межполушарных взаимодействий все в порядке.

* **«Зеркальное рисование»**. Взять карандаш или фломастер в обе руки и одновременно на листе бумаги рисовать симметричные — зеркальные — рисунки.
* **«Лезгинка»**. Левая рука сложена в кулак, большой палец в сторону (кулак расположен пальцами к себе). Правая рука в горизонтальном положении прикасается к мизинцу левой. Далее меняем руки. 6–8 повторений.
* **«Горизонтальная восьмерка»**. В воздухе нарисовать восьмёрку сначала одной рукой, затем другой, а потом обеими руками вместе. Важно следить глазами за движениями рук.
* Игра **«Опиши, что вокруг»**. На улице попросите ребёнка назвать все окружающие предметы, которые он видит.
* **«Логоритмика»**. Это система упражнений, заданий, игр на основе сочетания музыки, движения, слова. Одновременное проговаривание слов и выполнение соответствующих движений отлично развивает взаимодействие левого и правого полушария и ещё способствует развитию речи. Также на пользу для развития межполушарного взаимодействия пойдут занятия спортом и спортивные игры на свежем воздухе.
* **«Колечко»**. Поочередное перебирание (соединение кончиков) пальцев большого и указательного, затем большого и среднего и д.т. Сначала отдельно на обеих руках, затем одновременно.
* **«Ухо — нос»**. Левой рукой взяться за кончик носа, правой за противоположное ухо. Одновременно отпустить, хлопнуть в ладоши и взяться наоборот. 6–8 повторений, чем быстрее скорость, тем лучше результат.
* **«Змейка»**. Скрестить руки ладонями друг к другу, сцепить пальцы в замок. Подвигать заданным пальцем (должны поучаствовать все пальцы).
* **«Перекрестные движения»**. Выполняются одновременные перекрёстные движения. Например: поднять левую ногу вверх и дотронуться до неё правой рукой.

В результате реализации упражнений на улучшение межполушарного взаимодействия, у детей появляется уверенность в себе, они становятся более спокойными, лучше усваивают знания, обобщают и систематизируют усвоенный материал. Начинать работать с ребенком нужно с самого детства и тогда он будет радовать вас своими успехами в будущем.