Упражнения для развития межполушарного взаимодействия

- 1. "Колечко". Поочередно и как можно быстрее перебирайте пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т. д. В начале упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе.
- 2. "Кулак—ребро—ладонь". Три положения руки на плоскости стола, последовательно сменяют друг друга. Ладонь на плоскости, сжатая в кулак ладонь, ладонь ребром на плоскости стола, распрямленная ладонь на плоскости стола; Выполняется сначала правой рукой, потом левой, затем двумя руками вместе. Количество повторений по 8—10 раз.
- 3. "Симметричные рисунки". Дайте ребёнку фломастеры в обе руки и предложите нарисовать симметричные рисунки двумя руками. Не расстраивайтесь, если сразу не получится.
- 4. "Ухо—нос". Левой рукой возьмитесь за кончик носа, а правой рукой за противоположное ухо. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши, поменяйте положение рук «с точностью до наоборот».

- 5. "Ассоциация". Бросая ребенку мяч, назовите любое слово, например: «Медведь», он в свою очередь должен представить медведя и подобрать ассоциацию к слову, например «Лохматый, берлога, мед, спячка и т. д.» Возвращает мяч, называет слово (ассоциацию, и теперь ваша очередь подбирать ассоциацию к слову ребёнка.
- 6. "Час другой руки". Выберите определённый промежуток времени (10часов 20 минут) и договоритесь, что пока не зазвенит будильник, всё нужно делать левой рукой. Попробуйте и сами все действия выполнять несведущей рукой.
- 7. "Зеркало" Станьте напротив ребёнка и выполняйте любые движения руками или ногами, или одновременно и руками и ногами, подключайте голову, язык и т. д. Сделайте ребёнка своим отражением. Его задача повторять ваши движения как в зеркале.
- 8. "Змейка" Скрестить руки ладонями друг к другу, сцепить пальцы в замок. Подвигать заданным пальцем (должны поучаствовать все пальцы).



Как же нам взрослым грамотно познавательную активность поддержать ребёнка, развить его психические процессы: восприятие, мышление память И воображение, речь, не навредив ребёнку информацией? Как излишней помочь развить умственные способности ребенка, сохраняя и улучшая при этом психическое и физическое здоровье?

Кинезиология — это наука о развитии головного мозга через движение.

Существует уже 2000 лет и используется во всем мире. Единство мозга складывается из деятельности двух его полушарий, тесно связанных между собой системой нервных волокон. 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» дети имеют возможность последовательно обрабатывать информацию, делать выводы. Работа обоих полушарий очень важна для человека.

Кинезиология — наука о развитии умственных способностей через определенные двигательные упражнения. Эти упражнения позволяют создать новые нейронные сети и улучшить межполушарное взаимодействие, которое является основой развития интеллекта.

Кинезиологические упражнения позволяют улучшить память, внимание, речь, пространственные представления, снижение утомляемости, повышение способностей.

Материал подготовлен районного для фестиваля "Осенняя мозаика" речевого Государственного педагогом бюджетного образовательного учреждения дошкольного детский сад № 37 комбинированного вида Василеостровского района Санкт-Петербурга: воспитателем - Моториной Ю.А.



(взаимодействия межполушарного развития и речи дошкольников)



Санкт-Петербург 2021