

УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

Два полушария головного мозга работают координированно, как правая и левая рука. Правое полушарие — это база образного мышления, в котором отражается эмоционально-чувственное восприятие мира. Левое полушарие отвечает за логическое мышление, в котором называется и абстрактно осмысливается всё происходящее. Слаженная работа обоих полушарий создаёт «информационный футбол» между ними, и, если это происходит, можно говорить о стабильности переноса информации из одного полушария в другое, а следовательно, о единстве работы мозга.

В книге мы представляем упражнения для работы двумя руками, задания, помогающие влиять на формирование межполушарных связей с помощью нейропсихологических и игровых приёмов.

Предложенные нами методы дадут эффект, если ребёнок много бегает, катается на велосипеде, плавает, ходит на лыжах, то есть занимается физическими упражнениями, где есть разноимённые движения руками и ногами. К основной двигательной программе также могут быть добавлены танцы или виды спорта с дыхательной гимнастикой и разноимёнными движениями руками и ногами (у-шу, йога, плавание). Примеры некоторых двигательных упражнений мы представляем в книге.

Недостаточность координации между полушариями в дошкольном возрасте проявляется в двигательной неловкости, неумении быстро ответить на поставленные вопросы, в замедленном выборе латеральных предпочтений: ребёнок ест, рисует, пишет то правой, то левой рукой. В школе это может привести к трудностям формирования письма, чтения и счёта и замедленному восприятию учебной информации. Поэтому давайте заниматься сейчас, тем более что наши задания послужат не только профилактикой школьных трудностей, но и помогут вам весело провести время.

ВАЖНО:

- Упражнения выполняются двумя руками одновременно.
- Одно и то же упражнение можно выполнять по-разному: в рисунках, например, руки могут двигаться сначала по часовой стрелке, затем навстречу друг другу или в разные стороны.
- Если ребёнок маленький и ему трудно воспринимать некоторые рисунки, пусть выполняет задания, которые доступны.
- Работайте карандашами. Придерживайте страницу, пока ребёнок рисует.

Итак, на старт, внимание, марш!

УПРАЖНЕНИЯ для формирования межполушарного взаимодействия на уровне крупной моторики

ТЕПЛО-ХОЛОДНО

! Определять предметы на ощупь — нелёгкое дело. Но в жизни пригодится. Давай попробуем сделать это в воде?



ВЗРОСЛОМУ

Поставьте перед ребёнком две миски: одну — с тёплой водой под правую руку, другую — с холодной водой под левую руку. В миски опустите любые предметы, которые можно определить на ощупь: камушки, пуговицы и др. Накройте миски полотенцем, чтобы не было видно предметов. Ребёнок должен определять предметы, поочередно действуя на ощупь каждой рукой, а затем доставать их и разглядывать. Получилось? Перемешайте предметы, разложите опять по мискам. Попросите ребёнка перекрёстно опустить руки в миски. Например, правую — в миску, стоящую слева, а левую — в миску, стоящую справа, и снова определять предметы. Чтобы усилить эффект, попутно проговаривайте упражнение.

ГОЛОВА-ЖИВОТ

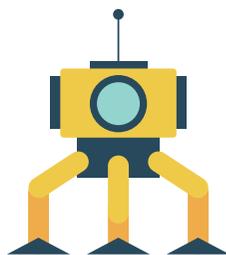
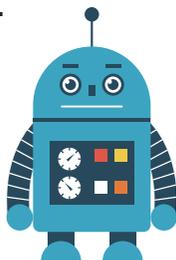
! Попробуй одной рукой по кругу гладить себя по животу, а другой — похлопывать по голове. Когда натренируешься, поменяй руки.

ВЗРОСЛОМУ

Следите, чтобы ребёнок работал двумя руками одновременно и выполнял всё точно. Можно устроить соревнование.

Я — РОБОТ

! Ты — робот. По команде взрослого делай движения. Старайся их запомнить, чтобы повторить самостоятельно.



ВЗРОСЛОМУ

Объясните ребёнку ещё раз, где у него правая и левая руки. Лучше их пометить, например так: на правую руку надеть красную ниточку, на левую — синюю. (Это важно, так как в нашей тетради в дальнейшем именно так будут помечены стороны.) Подключите вашего «робота» к «блоку питания». Давайте ребёнку упражнения сериями, чтобы он их мог запомнить и повторить, проговаривая. Например, правую руку вверх — левую вперёд, правую — в сторону, левую — вверх, правую вперёд, левую — в сторону.

ПАЛКИ-МЯЧИКИ

! Попробуй рукой катать мяч по столу, а ногой катать скалку вперёд-назад.

ВЗРОСЛОМУ

Приготовьте 2 предмета: один из них теннисный, а лучше массажный мяч, а второй — предмет продолговатой формы (скалка, пластмассовая бутылка с водой). Ребёнок, сидя на стуле, должен ногой катать продолговатый предмет вперёд-назад, а рукой — мяч по кругу. Сначала нужно действовать одноимёнными рукой и ногой (например, правой рукой и правой ногой), а затем разноимёнными (например, правой рукой и левой ногой).

Упражнение 1. ЗИМНИЕ ЗАБАВЫ

 Посмотри, какая ёлка! Возьми в правую и левую руки по зелёному карандашу. Обведи, а затем раскрась ёлку и игрушки. Действуй в указанных направлениях двумя руками одновременно. Получилось? Синим и голубым карандашами обведи снеговиков, проведи линии по стрелкам, а потом раскрась их. И не забудь про снежинки.

