

Статья на тему:

«Использование в образовательном процессе комплекса развивающих занятий, направленных на развитие межполушарного взаимодействия у детей дошкольного возраста».

На протяжении нескольких лет работы в детском саду, я, как педагог-психолог, стала отмечать, что в настоящее время увеличивается число детей, имеющих проблемы в развитии когнитивных процессов, общей и мелкой моторике, развитии речи, эмоционально-волевой сфере. Учитывая все эти аспекты, а также знания о том, что недостаточно сформированные и закрепленные в дошкольном возрасте составляющие психических процессов оказываются наиболее уязвимыми в начальной школе, когда от детей требуется мобилизация психической активности, мною был разработан и апробирован комплекс развивающих занятий, направленный на развитие межполушарного взаимодействия.

Нейропсихологи утверждают, что согласованная работа правого и левого полушарий головного мозга является основой интеллектуального и психоэмоционального развития, а сензитивный период для развития приходится, как раз, на дошкольный возраст, когда кора больших полушарий головного мозга еще не окончательно сформирована. Интегрированная работа двух полушарий обеспечивается мозолистым телом – «мостиком», благодаря которому формируется межполушарное взаимодействие. Нарушения в работе или недостаточный уровень зрелости мозолистого тела (межполушарных связей) приводит к возникновению проблем в процессе обучения: снижению памяти, внимания, нарушениям пространственной ориентации, зрительно-моторной координации, вербально-логического мышления, адекватного эмоционального реагирования, координации работы зрительного восприятия с работой пишущей руки и т.д. Отсутствие слаженности в работе правого и левого полушарий приводит к дисграфии, дислексии, акулькулии (нарушениям процессов письма, чтения, счета).

Причинами нарушений межполушарных связей являются неврологические расстройства (СДВГ и другие), патология мозолистого тела, особенности анатомического строения головного мозга. Но, самая частая причина – отсутствие в жизни ребенка игр и занятий по возрасту.

Распознать слабость развития межполушарных связей можно по следующим признакам: по результатам диагностических исследований, наблюдений в процессе проведения групповых занятий, жалоб со стороны педагогов и родителей на трудности в процессе обучения, проявляющие в эмоциональной и физической усталости с последующем падением интереса к процессу обучения как таковому.

Проверить ребенка на развитость межполушарных связей можно при помощи данного теста. Попросите его завести любую руку за спину. Кисточкой прикоснитесь к фаланге любого пальца (1 или 3), кроме большого. Большим пальцем другой руки он должен показать место прикосновения кистью. После 10 попыток, оцените результат. Если количество ошибок 3 и более, то это свидетельствует о том, что межполушарные связи развиты недостаточно.

Цель: развитие познавательных процессов у детей дошкольного возраста средствами применения комплекса развивающих занятий, направленных на развитие межполушарного взаимодействия.

Задачи:

- развитие межполушарной специализации;
- синхронизация работы двух полушарий;
- развитие общей и мелкой моторики;
- развитие памяти, внимания, воображения, мышления;

- развитие речи;
- создание положительного эмоционального настроения;
- профилактика дислексий и дисграфий.

Для развития межполушарных связей мною использован комплекс различных упражнений и игр, в ходе которых задействуются как правое, так и левое полушария мозга.

В него входят:

- «гимнастика для мозга»;
- зеркальное рисование при помощи межполушарных досок;
- программа «Волшебные обводилки»;
- рабочие тетради Трясогузовой Т.П. «Развитие межполушарного взаимодействия у детей: сенсомоторные игры», «Развитие межполушарного взаимодействия у детей: рисуем двумя руками» (право-лево), «Развитие межполушарного взаимодействия у детей: психомоторные игры».

Данный комплекс упражнений и игр возможно использовать как для индивидуальных занятий, так и для занятий в малых группах для детей дошкольного возраста с 5 до 7 лет. Педагогу важно помнить, что материал надо подавать дозированно, следить за тем, чтобы ребенок не уставал. Вариативность предъявления выбирает сам педагог.

Результативность занятий зависит от системности их проведения. С каждым днем задания усложняются, увеличиваются в объеме, возможно повышение темпа. Положительный результат возможен при условии соблюдения определенной последовательности выполнения применяемых упражнений. Только все вместе взятое, приводит к расширению зоны ближайшего развития и способствует ее переходу в зону актуального развития.

Начать данный комплекс можно с «гимнастики для мозга», которая состоит из определенного набора упражнений, достаточно простых в выполнении. Средняя продолжительность гимнастики – 5-7 минут. Начинать необходимо с простых упражнений, закреплять их, далее переходить к более сложным. Повторять каждое упражнение нужно до 5-6 раз.

Ниже приведен пример начального этапа, с которого можно начинать «гимнастику для мозга».

Упражнения делятся на четыре группы и направлены на развитие трех видов сенсомоторных навыков.

Первая группа – упражнения, пересекающие среднюю линию тела. Они направлены на одновременную работу двух глаз, рук, ног, то есть на интегрированную работу обеих полушарий, улучшают навыки орфографии, письма, чтения, понимания прочитанного, аудиального восприятия.

Упражнение «Перекрестные шаги».

Ребенок становится прямо, голова находится на средней линии тела. Он одновременно поднимает правую руку и левую ногу, касаясь локтем руки поднятого колена. Затем возвращает поднятую руку и ногу в исходное положение, а поднимает наоборот, левую руку и правую ногу, также, касаясь локтем задействованной руки поднятого колена. Выполняя упражнение, необходимо следить, чтобы голова оставалась на месте. Повторять упражнение в течении одной минуты, представляя, что вы ритмично идете.

Упражнение «Ленивая восьмерка» (для глаз) – синхронизация работы рук и глаз.

Эффект достигается за счет «рисования» в воздухе знака бесконечности большим пальцем вытянутой руки вначале левой, а затем правой руки. Одновременно с движением руки должен следовать и взгляд. Для лучшей концентрации взгляда можно приклеить на ноготь большого пальца метку красного цвета из изоленты. При этом голова должна оставаться неподвижной на протяжении всего упражнения. Повторять упражнение нужно 3 раза одной рукой, затем 3 раза другой. Все делается также 3 раза.

Вторая группа – упражнения энергетизирующие тело, то есть обеспечивающие необходимую скорость и интенсивность протекания нервных процессов между клетками

головного мозга. Они направлены на улучшение саморегуляции эмоционального состояния детей, навыков целеполагания, организованности, способствуют повышению скорости осознанного чтения и улучшают внимание.

Упражнение «Энергетическая зевота».

Изображая зевание, в течении 1 минуты при плотно закрытых глазах, массируем зоны соединения верхней и нижней челюстей. Эти действия сопровождаются глубоким звуком зевания.

Упражнение «Кнопки мозга».

Правая рука кладется на пупок, левая – на нижнее основание ключицы по правую сторону от грудины.левой рукой массируем основание ключицы, при этом правую руку держим на пупке. Потом руки меняем, повторяя эти же действия.

Третья группа – упражнения, направленные на растяжение мышц тела. После выполнения упражнений происходит снятие мышечного напряжения, улучшается внимание, концентрация, моторная координация при письме, появляется состояние спокойствия.

Упражнение «Активация рук».

Вытяните левую руку вверх над головой, почувствуйте, как она тянется от вашей грудной клетки. Правую руку кладем на левую ниже локтя. Левая рука совершает последовательные движения в каждую из четырех сторон, относительно головы: вперед, назад, в сторону по направлению к уху, при этом правая рука препятствует двигаться левой руке, сдерживая ее движение в течении 8 секунд. Опускаем левую руку и позволяем ей свободно повиснуть вдоль тела. Если правильно делать упражнение, то по ощущениям левая рука станет как бы длиннее правой, за счет расслабления мышц. После небольшой паузы повторяем упражнение со второй рукой.

Упражнение «Сова».

левой рукой обхватываем мышцы правого плеча. Затем поворачиваем голову и смотрим назад через левое плечо, при этом делаем вдох. Плечи сохраняем прямыми. Дальше кладем подбородок на грудь, делаем выдох и расслабляем плечи. То же самое повторяем со второй рукой.

Упражнение «Заземлитель».

Встав свободно, разводим ноги в стороны. Ступню правой ноги направляем вправо, а ступня левой ноги смотрит прямо вперед. Выдох – сгибаем правое колено, вдох – выпрямляем его. Руки плотно прижимаются к пояснице на протяжении всего времени выполнения упражнения. Повторяется 3 раза для левой и правой ноги.

Четвертая группа – упражнения, направленные на повышение позитивное мышление. Стабилизируя нервные процессы, ребенок учится сохранять спокойствие в стрессовой ситуации.

Упражнение «Шляпа мышления». Большими и указательными пальцами рук оттягиваем уши немного назад, расправляя их. Массируем уши, начиная с верхнего края, заканчивая мочкой. Повторяем 3 раза.

Упражнение «Позитивные точки». Легкими движениями надавливаем кончиками пальцев каждой руки на точки, расположенные над центром каждого глаза, над средней линией между бровями и линией роста волос.

Следующим приемом, направленным на налаживание связей между полушариями и развитием координации движений и моторики, является зеркальное рисование при помощи межполушарных досок. Именно оно заставляет оба полушария тесно сотрудничать друг с другом.



Упражнения выполняются по следующей схеме:

- вначале одной (ведущей) рукой по часовой стрелке, а затем этой же рукой, но против часовой стрелке;
- далее другой рукой по часовой стрелке, а затем этой же рукой, но против часовой стрелке;
- затем синхронно двумя руками: сперва проходим по часовой стрелке, а потом против часовой;
- на последнем этапе выполняем задание по прохождению лабиринта двумя руками, но в разных направлениях.

Начинать надо с простых узоров переходя на более сложные (лабиринты). При чём, чем больше углов в узоре, тем сложнее считается узор.

Когда ребенок с легкостью справится с прохождением спирали двумя руками одновременно, задачу можно усложнить.

Расклеиваем цветные полоски по ходу движения фишки. Ребенку даем задание остановиться одновременно у зеленого цвета, затем у желтого и т.д. Ребенок, двигаясь по лабиринту по часовой стрелке, должен удерживать в голове информацию, что ему надо остановиться у конкретных цветов (которые он должен запомнить). Усложнить задачу можно, попросив дойти до желтого цвета и хлопнуть в ладоши.

Усложняем задачу, движение рук осуществляется одновременно по мере прохождения по спирали, при этом просим ребенка остановиться правой рукой у зеленой полоске, а левой у желтой.

Далее, эти же задания выполняем, двигаясь двумя руками по спирали против часовой стрелке, затем двумя руками, но в разных направлениях.

Еще одним из вариантов усложнения является использования двух досок разного вида. Кладем их рядом друг с другом. Просим, по выше описанной схеме выполнить движения.

Игра с межполушарными досками влияет на развитие ребенка, а именно улучшает:

- мыслительную деятельность, внимательность, усидчивость, сосредоточенность;
- межполушарное взаимодействие для полноценного обмена информацией между полушариями;
- моторику, координацию движений и многое другое.

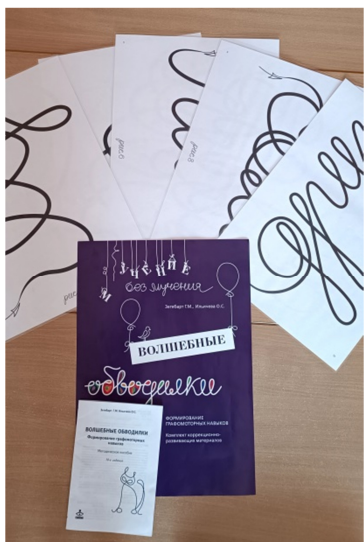
Развивает долгосрочную память, восприятие, координацию движения рук, мелкую моторику, облегчает процесс чтения и письма.

Другим приемом, способствующим развитию графомоторных навыков, плавности, точности, скоординированности движений рук является **программа «Волшебные обводилки»** (Зегебарт Г.М., Ильичева О.С.).

Материалы для работы – 56 оригинальных рисунков – из них 12 рисунков формата А4 (они размещены по два на листе формата А3, не требующие разрезания) и 34 образцов формата А3, заламинированных, для многократного использования, маркеры, карандаши, фломастеры, калька. Листами можно пользоваться, как в горизонтальном, так в вертикальном положении.

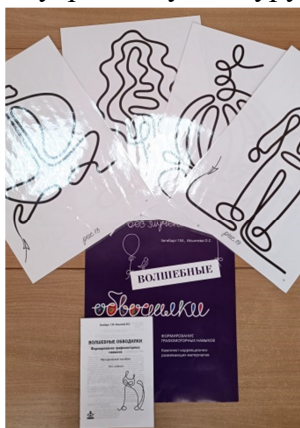
Рекомендации к работе:

1. Вначале рассмотрите с ребенком узор, проведите аналогию, на что он похож.
2. На начальных этапах работы с данной программой для детей всех возрастов целесообразно начинать с 1-10 рисунков.



Далее, просим пальчиком ведущей руки, а потом другой руки провести по рисунку. При пониженном мышечном тоне используют на начальных этапах фломастеры или маркеры, постепенно переходя на копирование карандашами.

3. Данные рисунки можно использовать, прокатывая маленькие логопедические шарики, которые необходимо перебирать пальцами от стрелочки до конца изображения.
4. После того, как ребенок научится обводить весь контур, приступают к непосредственному копированию рисунка.
5. Отслеживать точность и правильность выполнения действий на всех этапах работы.
6. После освоения работы с рисунками с 1 по 10 переходят на следующий этап работы с рисунками от 11 до 24 – копирование предлагаемого образца и его дальнейшее заполнение (штриховка, раскрашивание, рисование линий по внешнему и внутреннему контуру).

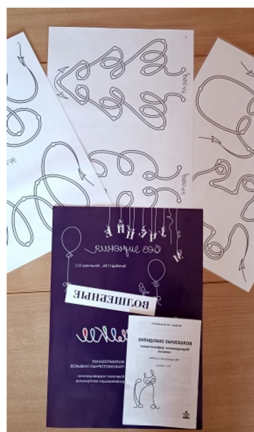


7. Рисунки с 25 по 34 – это симметричные образцы, предназначенные для синхронной работы обеих рук. Ребенок выполняет упражнения двумя руками одновременно, либо в вертикальном, либо в горизонтальном положении. Вначале ребенок обводит рисунок «ведущей» рукой, например справа, если правая рука «ведущая», затем слева, а потом работает одновременно обеими руками. На данных образцах

копирование возможно в одном направлении, либо справа налево, либо наоборот.



8. Рисунки с 35 по 42 предназначены для работы с детьми старшего дошкольного возраста. Ребенок должен одновременно прорисовывать линии внутри полого контура обеими руками, причем в разных направлениях (по стрелкам). Для контроля одновременного прохождения на симметричных участках рисунков отмечены точки, которые надо пройти синхронно. Для данных рисунков не предусмотрено копирование, поэтому для дальнейшего их использования можно использовать любой выше описанный способ копировки.



9. Использование программы «Волшебные обводилки» решает следующие задачи:

1. Развивает навыки рисования без сильного нажима.
2. Развивает точность, плавность, скоординированность движений рук (мелкой и крупной моторики).
3. Развивает память, пространственное восприятие, внимание.
4. Воспитывает аккуратность.

Последним приемом данного комплекса является использование *рабочих тетрадей Трясогузовой Т.П. «Развитие межполушарного взаимодействия у детей: сенсомоторные игры», «Развитие межполушарного взаимодействия у детей: рисуем двумя руками» (право-лево), «Развитие межполушарного взаимодействия у детей: психомоторные игры».*



Предлагаемые рабочие тетради направлены на развитие интегрированного межполушарного взаимодействия у детей. В тетрадях заложены графические задания, построенные на активации визуального (зрительного) и тонкомоторного взаимодействия. Поэтапное выполнение ряда заданий только правой, только левой, а потом двумя руками одновременно, обеспечивает включенность в работу обоих полушарий головного мозга, формирует межполушарные связи, улучшает синхронизацию и взаимодействие работы правого и левого полушария. Благодаря чему создаются предпосылки для формирования психических функций, имеющих первостепенное значение для дальнейшего развития ребенка.

Так, пособие «Развитие межполушарного взаимодействия у детей: сенсомоторные игры» представлено двумя блоками игр. Первый блок направлен на развитие зрительной и слуховой модальностей, слухоречевых и моторных процессов. Второй блок – развитие психографических и зрительно-моторных процессов. В этом блоке особое внимание уделяется развитию у детей произвольной координационной деятельности в схеме «глаз-рука». На выполнение задания уходит от 10-15 минут. В случае, если ребенок не справился с заданием, его можно упростить, предложить более медленный темп работы, учить проводить самопроверку, проговаривание своих действий вслух. Понижать или повышать уровень сложности необходимо отталкиваясь от успешности выполнения задания каждым конкретным ребенком.

В пособии «Развитие межполушарного взаимодействия у детей: рисуем двумя руками» (право-лево) используется рисование двумя руками (одновременное или попеременное). Интегрированная структура подачи материала идет по принципу «слух + зрение + движение + речь», благодаря чему включается механизм «единства мысли и движения», образуя большое количество межполушарных связей, что способствует полноценному развитию психических функций. Выполнять задание необходимо с левой руки, т.к. это включает в работу оба полушария головного мозга, синхронизируя их. При чтении текста необходимо менять ритмико-интонационную структуру голоса и речи. При пересказывании ребенком текста желательно добиваться более точного его воспроизведения.

Рабочая тетрадь «Развитие межполушарного взаимодействия у детей: психомоторные игры» направлена на развитие межфункционального (межмодального) восприятия. Это психомоторные игры в форме игровых ситуаций на плоскости листа. В пособии игровые ситуации представлены тремя блоками.

Первый блок – блок психодинамических и координационно-регулирующих игр. Он обеспечивает оптимизацию протекания интеллектуальных и регуляторных функций,

способствует улучшению ориентации в пространстве и собственном теле, развивает двигательный и зрительный анализатор, повышает произвольное внимание.

Второй блок – блок вазомоторных и зрительно-моторных игр. Он расширяет перцептивное видение, развивает умение различать, сравнивать, сопоставлять, обобщать, способствует увеличению объема зрительной памяти, стимулирует развитие пространственной координации и зрительно-моторной точности, согласованности, координированности, ритмичности при выполнении тонкомоторных движений.

Третий блок – блок игр на основе психографики. Он формирует сложные произвольные формы зрительно-моторной координации и зрительно-пространственного восприятия, улучшает графомоторные навыки, работу головного мозга.

Задание выполняется 10-15 минут. Если ребенок не справился с заданием, его упрощаем, предлагая более медленный темп работы, но при этом учим ребенка проводить самопроверку, проговаривать своих действий вслух. Понижать или повышать уровень сложности необходимо отталкиваясь от успешности выполнения задания каждым конкретным ребенком.

Под влиянием данного комплекса развивающих занятий, направленных на развитие межполушарного взаимодействия у детей дошкольного возраста в организме ребенка происходят положительные структурные изменения. При этом, чем более интенсивна нагрузка (но оптимальна для каждого ребенка), тем значительнее изменения. Пластичность, сила, подвижность, равновесии нервных процессов начинает протекать на более высоком уровне. Совершенствуется координирующая и регулирующая роль нервной системы.

В заключении хотелось сказать, что этот комплекс развивающих упражнений удобен в работе, не требует больших затрат, имеет положительный отклик со стороны родителей, а главное – дети с большим удовольствием и желанием готовы выполнять интересные задания.