

БДОУ детский сад № 194 г. Омска

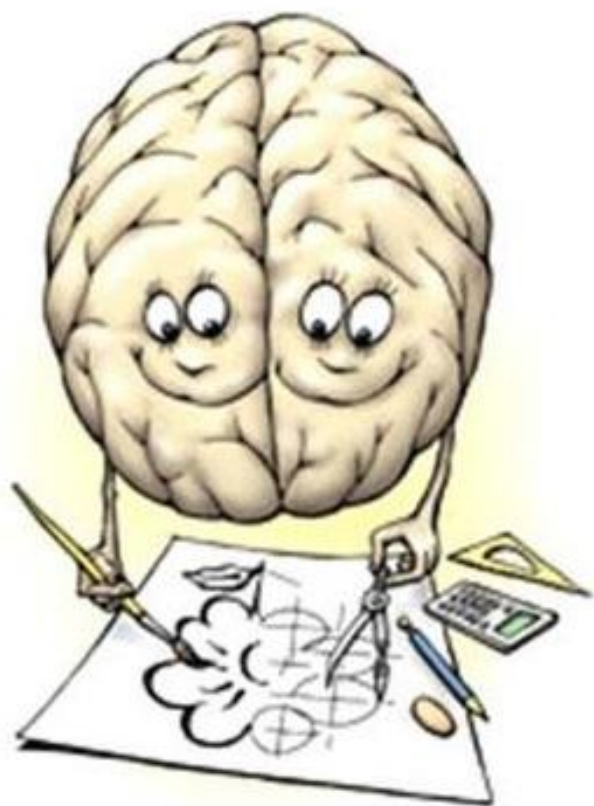
Савенко Марина Александровна, логопед-дефектолог

«Нейрокоррекционные упражнения с помощью межполушарных лабиринтов»



Межполушарный лабиринт





Кинезиологические упражнения - комплекс движений, позволяющих активизировать межполушарное взаимодействие, при котором полушария обмениваются информацией, происходит синхронизация их работы.



Межполушарные доски (доски для развития межполушарных связей) – это развивающие пособия, предназначенные для стимуляции работы обоих полушарий головного мозга. В результате прохождения лабиринта одновременно обеими руками улучшается взаимодействие и синхронизация работы левого и правого полушарий мозга.

- Одним из самых важных отделов головного мозга является мозжечок, он не только отвечает за равновесие и координацию движений, но и активно участвует в процессах высшей нервной деятельности: речь, память, мышление, возможность прогнозирования. Мозжечок занимает всего лишь 10% массы мозга, но при этом на него приходится примерно 50% всех нейронов. Согласно исследованиям, при одновременном повороте рук в противоположных направлениях происходит активация не только больших полушарий мозга, но и отдела червя мозжечка. В общем, выполняя такое несложное, на первый взгляд, действие, как одновременный поворот рук в противоположных направлениях, мы заставляем работать наиболее важные отделы головного мозга на долю которых приходится большая часть нейронов.



Межполушарные доски представляют собой механический тренажёр в виде доски с зеркальным насечением узоров различной сложности для правой и левой руки. Узоры встречаются разные: от простых кругов до лабиринтов; чем больше углов в узоре, тем сложнее считается упражнение. Как известно, человеческий мозг не является парным органом, однако, головной мозг имеет два полушария-правое и левое, правое отвечает за творчество, а левое же за логику и логические связи. Нужно понимать, что одно не может быть без другого, и только слаженная работа всех структур и нейронных связей мозга в целом даёт нам возможность жить и развиваться полноценно. Именно для развития нейронных межполушарных связей и нужны межполушарные доски. Полезными такие доски будут всем, независимо от возраста и особенностей, главное помнить, что это тренажёр и упражнения должны носить регулярный характер.

Обычно понятие "межполушарные доски" встречается в контексте психокоррекции.

Нейрокоррекционные упражнения на данном тренажёре можно рекомендовать взрослым пациентам после травм головного мозга и инсульта, а также детям при различных особенностях развития: например, ЗПР, ММД, ЗПРР (нарушение речи, чтения и письма) РАС, ДЦП, СДВГ. Так же тренажёр будет полезен норматипичным детям для развития функций внимания и самоконтроля.



Сами упражнения представляют собой следующую схему действий:

-  упражнение выполняется одной (ведущей) рукой по часовой стрелке, а затем этой же рукой - против часовой стрелки;
-  упражнение выполняется другой рукой по часовой стрелке, а затем этой же рукой - против часовой стрелки;
-  упражнение выполняется синхронно двумя руками: пробуем пройти лабиринт сперва по часовой стрелке, а потом - против часовой стрелки;
-  последним заданием будет прохождение лабиринта одновременно двумя руками, но в разном направлении.

Примечание: При выполнении задания главным правилом является движения от простого к сложному. Не переходите к следующему упражнению если не освоили предыдущие.

15 ИГР И УПРАЖНЕНИЙ С МЕЖПОЛУШАРНЫМИ ДОСКАМИ И ЛИНЕЙКАМИ



1. Без использования бегунка.

Пальчиком ведущей руки проходим лабиринт. Стараемся непрерывно его пройти от начала до конца. Затем в противоположном направлении.

2. Параллельная игра.

ока пальчик ведущей руки проходит лабиринт, ладошка второй руки стучит по столу (как вариант - каждый пальчик стучит, мячик катает и т.д.)

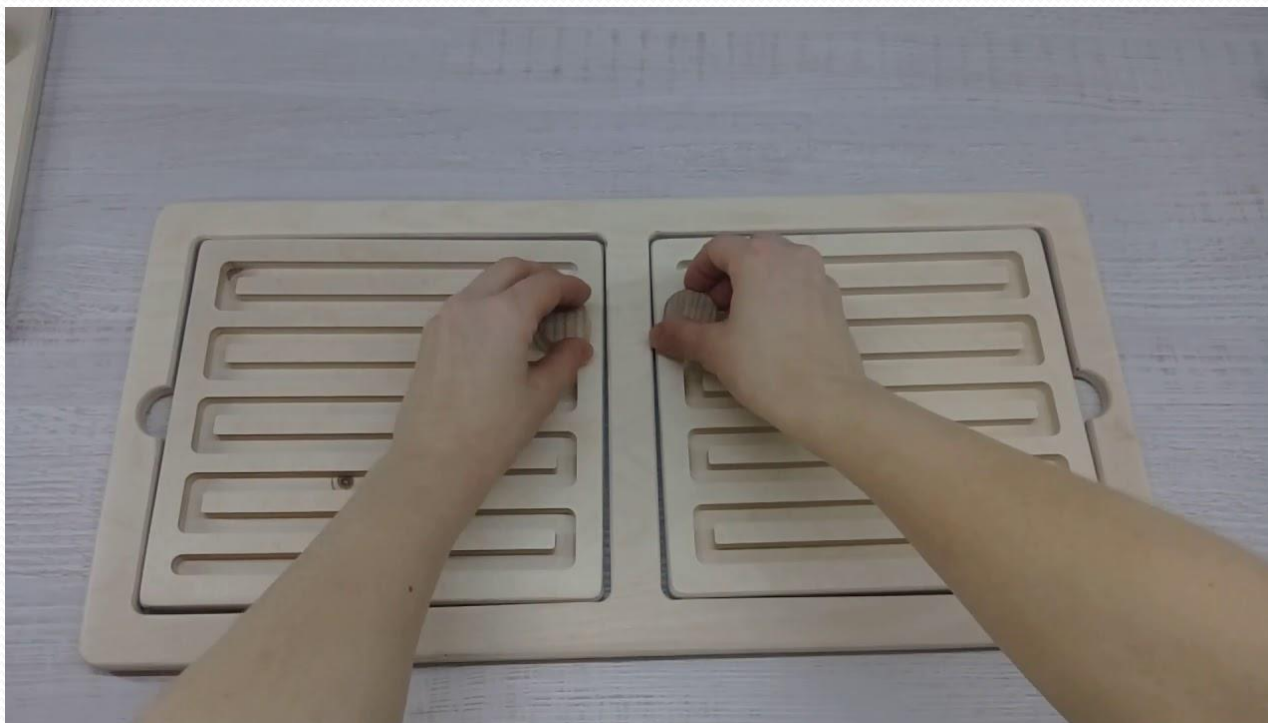


3. Усложняем игру.

Одновременно пальчиками обеих рук проходим лабиринт от начала до конца, затем в обратном направлении.

4. С использованием бегунка.

Проводим бегунком ведущей руки лабиринт в одном направлении, затем в другом. Вторая рука может выполнять другое параллельное действие. Усложняем игру: одновременно проходим лабиринт двумя руками с помощью бегунков.



5. С использованием дополнительного предмета.
Можно воспользоваться шариком (камешком марблс, крупной бусиной и т.д.) и прокатывать его каждым пальчиком по лабиринту (сначала одной рукой, затем двумя). Усложняем игру: проводим шарик тыльной стороной ладони, а затем внешней.
6. С использованием зеркала.
Садимся напротив зеркала и проходим лабиринт, смотря в него.



7. Цветные лабиринты.

Размещаем на лабиринте цветные фигурки или наклейки неоднородно на разном расстоянии (например, справа стоит красный динозаврик, слева - зеленый, далее справа дальше по лабиринту желтый динозаврик, слева - красный и т.д.).

Предлагаем ребенку одновременно двумя руками "подойти" с помощью бегунка к красным динозаврикам. Усложняем игру: называем последовательность из 2-3 цветов, которые каждая рука должна пройти (например, красный, зеленый и желтый динозаврик. Т.к. фигурки у нас расположены на разном расстоянии, каждая рука остановится на своем месте).

8. Цифровые/Буквенные/Слоговые лабиринты.

Аналогично игре с цветами можно играть с цифрами, буквами и слогами. На левом лабиринте располагаем гласные, на правом в зеркальном отражении согласные. Ребенок проходит двумя руками лабиринт и читает образовавшиеся слоги.

9. Математические лабиринты.

Располагаем с левой стороны примеры ($2+1$), а с правой на другом расстоянии ответ (3). Ребенок одновременно должен прибыть в точку ответа.

10. Пространственная ориентация.

Располагаем фигурки людей (животных, птиц, сказочных героев и т.д.) по всему лабиринту неравномерно. Предлагаем ребенку выполнить задание: "Правая рука доходит до мышки, а левая одновременно до попугая" и т.д.

11. Последовательность.

Проходим одновременно двумя руками первый уровень лабиринта - хлопок, второй - говорим "О-о-о", третий - сжимаем руки в кулачки и т.д. в зависимости от количества уровней в лабиринте. Затем наоборот: кулачки, "о-о-о", хлопок.



12. Логопедический лабиринт.

Проходим лабиринт и одновременно проговариваем определенный звук/звуки.

13. Закрытыми глазами.

Предлагаем ребенку пройти лабиринт одновременно двумя руками с закрытыми глазами. Это будет весело

14. Точечный лабиринт.

Предлагаем ребенку пройти лабиринт, отбивая ритм бегунком (вытаскиваем бегунок и тут же вставляем)



15. Разные лабиринты.

Если у вас есть 2 разных лабиринта, можно предложить следующее задание: одна рука проходит один рисунок (к примеру, круг), вторая - другой (к примеру, квадрат). С какого рисунка начать заниматься? Приведем некоторые общие рекомендации по выбору рисунка. Самый легкий рисунок - круги, самый сложный - лабиринт. Для того чтобы проверить подойдет ли вам круг, попросите ребенка на листе бумаги нарисовать круг, если справляется, то можно брать посложнее. Чем больше углов на рисунке, тем он сложнее.



Традиционные методы психолого-педагогического воздействия на ребенка не приносят устойчивого положительного результата, так как они не устраняют первопричину нарушений. В отличие от них, метод кинезиологической коррекции направлен на механизм возникновения психофизиологических отклонений в развитии, что позволяет не только снять отдельный симптом, но и улучшить функционирование, повысить продуктивность протекания психических процессов. Применение данного метода позволяет улучшить у ребенка память, внимание, речь, пространственные представления, мелкую и крупную моторику, снижает утомляемость, повышает способность к произвольному контролю. Учителя, использующие кинезиологические упражнения на уроках, отмечают улучшение почерка, повышение работоспособности, активизацию интеллектуальных и познавательных процессов.



Спасибо
за
внимание!!!

БДОУ детский сад № 194 г. Омска

Савенко Марина Александровна, логопед-дефектолог

«Нейрокоррекционные упражнения с помощью межполушарных лабиринтов»

