**Нейропсихологические игры для развития межполушарных связей**

Школьная программа направлена на развитие преимущественно левого полушария мозга, в то время как многие образовательные методы частично предполагают развитие творческого потенциала ребенка, тем временем меньше времени уделяя развитию логического и аналитического мышления. Конечно лучше всего работать над одинаковым развитием обоих полушарий головного мозга ребенка.

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. Мы знаем, что мозг человека состоит из двух полушарий — левого и правого. Они соединены между собой мозолистым телом, через которое и проходит обмен информацией между двумя полушариями. В протекании психических функций принимают участие оба полушария мозга, где каждое выполняет свою роль.

Для эффективного развития мозга ребенка необходимы определенные условия. Человеческий мозг обладает значительным числом нейронов. Многочисленные связи обеспечивают функционирование памяти, мышления, координации и работы всего организма. Процесс активного формирования нейронных связей происходит в первые три года жизни ребенка, после чего темп этого процесса существенно замедляется. Окончательное физиологическое созревание происходит к 6-7 годам, когда ребенок полностью готов к восприятию информации, ее анализу и осознанной мыслительной деятельности.

Значительные разногласия существуют относительно влияния телевизора на мозг ребенка. Большинство экспертов приходят к выводу, что информация из телевизора не является эффективным инструментом для этого важного процесса. Она практически не закрепляется в мозге младенца. В то время как информация, переданная словами родителей, лучше воспринимается и усваивается.

**За что отвечает левое и правое полушария мозга**

Левое полушарие — логическое, аналитическое мышление. Обработка вербальной информации. Последовательная обработка информации. Языковые навыки. Это полушарие отвечает за умение писать и читать, речь, а также за запоминание фактов, имён, дат и их запись, распознавание чисел и математических символов.

Правое полушарие — чувственное восприятие. Работа с информацией, представленной в символах и образах. Фантазии и творческие изыскания. Именно это полушарие позволяет создавать истории, отвечает за музыкальные и художественные способности.

В случае недостаточной связи между полушариями возникают трудности в обработке информации, что влечет за собой затруднения в учебе (проблемы с письмом, устной речью, запоминанием, математикой как письменной, так и устной).

**Как развивать полушария отдельно?**

Левое

Если вы стремитесь к развитию левого полушария, можно разгадывать с ребенком кроссворды, сканворды и филворды. Также составление структурированных планов. Если это вызывает трудности, можно предложить ребенку составлять планы на день. Также можно тренировать мозг через физические действия. Предложите ему двигать пальцами “непривычной” руки или выполнять обычные задачи необычным способом, например, чистить зубы левой рукой, если он правша, или правой, если он левша. Игра в шахматы и изучение иностранного языка также помогут развивать это полушарие.

Правое

Для правого полушария рекомендуются чтение художественной литературы, практика рисования, игры в ассоциации и регулярный массаж. Если у ребенка слабо развито воображение, посетите музей или творческое мероприятие, чтобы вдохновиться. Можно предложить ребенку представить различные звуки, начиная от песен до шума дождя. Здесь важно максимально реалистично визуализировать звук.

**Важность взаимодействия между полушариями**

Левое способствует структурированию и анализу, тогда как правое открывает возможность видеть полную картину мира, фантазировать и творить.

Важно отметить, что правое полушарие контролирует движения левой половины тела человека, в то время как левое полушарие — правую половину тела. Это даже приводит к мысли, что сильное развитие левой стороны тела может обеспечить более творческий потенциал. Сосредотачиваясь на определенной стороне тела, мы также воздействуем на соответствующее полушарие мозга, ответственное за соответствующие функции.

Большинство людей имеют доминирующее полушарие: левое или правое. При рождении ребенок равномерно использует возможности обоих полушарий. Однако с течением времени и процесса развития одно из них начинает развиваться более активно.

Современная цивилизация ориентирована преимущественно на левое полушарие. Вся система обучения в культуре создана с учетом его доминирования. Увы, в этом процессе многие упускают невероятные возможности, которые могут быть реализованы при развитии правого полушария мозга.

**Упражнения на улучшение межполушарных связей**

Обеспечение сотрудничества обоих полушарий мозга играет ключевую роль в детском развитии. Простые упражнения, которые помогут активизировать оба полушария одновременно:

* «Поочередные взгляды». Начальное положение ребенка — его левая рука находится на правом плече. При выполнении упражнения ребенок должен поворачивать голову в правую сторону, фиксируя взгляд на определенном объекте. После этого — поворачивать голову в левую сторону, чтобы взглянуть через левое плечо. То же упражнение повторяется, только уже с другим положением — правая рука на левом плече.
* «Бумажный лист». Ребенок должен взять лист бумаги обеими руками и помахать им, задействуя кисти рук, локти и плечи.
* «Ноги в работе». Начальное положение ребенка — руки на спинке стула, одна нога отодвигается назад, а тело немного наклоняется вперед. Нужно делать приседание на одной ноге, перекладывая вес тела на нее. Затем — плавно присесть на другую ногу, перемещая вес на нее. Повторить упражнение 5 раз для каждой ноги.
* «Симфония». Ребенку нужно сжать одну руку в кулак, в то время как другая рука у него будет полностью выпрямлена. После некоторого времени нужно поменять положение. Подобное действие начинать нужно медленно, со временем увеличивая темп.
* «Нос и ухо». Перед началом упражнения пальцы правой руки у ребенка должны касаться носа, а левой – правого уха. Сделав хлопок ладонями, он должен поменять руки местами — пальцами левой руки коснуться носа, а правой — левого уха.
* «Пазлы на пальцах». Ребенку нужно в ходе упражнения показывать «пазлы», складывая указательный и средний пальцы одной руки на мизинец и безымянный пальцы другой руки.
* «Массаж пальцами». На обеих руках ребенку нужно поочередно касаться большим пальцем других пальцев. Начать следует с мизинца на одной руке и с указательного пальца на другой.
* «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.
* «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.

Важно помнить, что цель этих упражнений — согласованное действие обоих полушарий. Регулярная практика способствует синхронизации полушарий и оптимальному взаимодействию между ними.

Сложный механизм человеческого мозга требует особой заботы для оптимальной работы. Уже с раннего детства необходимы меры по его развитию. Правое и левое полушария выполняют уникальные функции, поэтому подходы разнообразны. Особую важность имеют методики, способствующие согласованной работе обоих полушарий.