

Развитие межполушарного взаимодействия

*Дидактический материал
для обучающихся младших
классов с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями)*

**Учитель: Харитоновна
Ольга Игоревна**

2023 г.

Пояснительная записка

Межполушарное взаимодействие является важнейшим фактором функционирования головного мозга, это особый механизм объединения левого и правого полушарий головного мозга в единую, целостно работающую систему. У обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) показатели сформированности межполушарного взаимодействия снижены. Изменения межполушарного взаимодействия, лежащего в основе интеграции мозговых функций, как и общее недоразвитие мозга, обуславливают сложные нарушения познавательной деятельности у детей с умственной отсталостью, так же это может проявляться в затруднениях в выполнении сложных координированных движений, недостаточной точности и согласованности движений, замедленности реакций и переработки информации.

Правое полушарие отвечает за:

- обработка невербальной информации, эмоциональность;
- музыкальные и художественные способности;
- ориентация в пространстве;
- способность понимать метафоры (смысл пословиц, поговорок, шуток и др);
- обработка большого количества информации одновременно, интуиция;
- воображение;
- отвечает за левую половину тела.

Левое полушарие отвечает за:

- логика, память;
- абстрактное, аналитическое мышление;
- обработка вербальной информации;
- анализ информации, делает вывод;
- отвечает за правую половину тела.

Только взаимосвязанная работа двух полушарий мозга обеспечивает нормальную работу всех психических процессов.

Исследования в области нейропсихологии и нейрофизиологии позволяют сделать вывод о возможности выработки компенсирующих механизмов при различных нарушениях высших психических функций, общей и мелкой моторики у детей с умственной отсталостью с использованием коррекционных методов и приемов по развитию каждого полушария мозга и их взаимодействия (Н.А. Бернштейн, И.В. Ефимова, А.Р. Лурия и др.).

Развитие межполушарных связей построено на упражнениях и играх, в ходе которых задействуются оба полушария мозга. Изучением данного вопроса занимается кинезиология - наука о развитии умственных способностей и физического здоровья через двигательные упражнения. Например, рисование обеими руками одновременно, выполнение зеркальных движений, упражнения на координацию, ловкость движений и ориентацию в пространстве. Большую результативность упражнения, дают при соблюдении основных требований: точное выполнение движений. Доведенные до автоматизма, они способствуют созданию новых нейронных сетей, что расширяет резервные возможности мозга.

Заниматься желательно ежедневно, каждое упражнение выполняется по 1-2 минуте. Их можно выполнять в любом порядке и сочетании. Продолжительность занятий зависит от возраста и может составлять от 5-10 до 20-35 минут в день.

Упражнения должны проводиться в эмоционально-комфортной обстановке, если есть возможность под спокойную музыку. Все указания даются четко, спокойно. Дети могут выполнять упражнения стоя или сидя за столом. В случае, когда учащимся предстоит интенсивная умственная нагрузка, упражнения рекомендуется применять перед началом работы.

Для координации работы глаз и рук.

Цель — улучшение навыков чтения и письма, формирование визуального и пространственного восприятия, развитие координации тела и двигательных навыков.

«Ленивые восьмерки»

Начертить в воздухе знак бесконечности сначала левой рукой, затем правой рукой (ладони в кулак, из кулака вверх большой палец), затем двумя руками одновременно (глаза следят за большими пальцами рук).

«Восьмерки локтями»

Разведите ноги в стороны, слегка согните в коленях. Проведите половину горизонтальной восьмерки правым локтем. Глаза должны следить за движениями локтя. Прodelать то же самое с левой стороной.

«Слон»

Ухо плотно прижать к плечу. Одновременно вытянуть одну руку, как хобот слона, и начать рисовать ею горизонтальную восьмерку, начиная от центра зрительного поля и идя вверх против часовой стрелки. Глаза следят за движениями кончиков пальцев. Затем поменять руки. Упражнения выполнять медленно, по 3-5 раз каждой рукой.

«Лягушка»

Совместные движения глаз и языка. Выдвинутым изо рта языком и глазами делайте совместные движения из стороны в сторону, вращая их по кругу, по траектории лежащей восьмерки. Сначала отрабатываются однонаправленные движения, затем – разнонаправленные.

Упражнение «Алфавит»

Это упражнение развивает также внимание, мышление и улучшает работоспособность, помогает снять эмоциональное напряжение.

Для выполнения упражнения распечатайте или напишите обычный русский алфавит.

Под каждой буквой произвольно поставить пометки: Л, П, О. Л означает, что надо поднять левую руку, П — правую, О — обе руки. Глядя на алфавит, ребёнку нужно одновременно называть букву и выполнить движение, отмеченное под буквой.

А_п Б_л В_л Г_о Д_п
 Е_п Ё_о Ж_л З_л И_п
 К_л Л_п М_п Н_л О_о
 П_п Р_л С_о Т_л У_п
 Ф_о Х_л Ц_п Ч_п Ш_л
 Щ_п Ы_п Э_л Ю_о Я_л

Упражнение «Разноцветный текст»

Как можно быстрее читайте строчки слева направо про себя, начиная с первой, и называйте вслух цвет каждого слова.

Если ошиблись, назовите правильный цвет и продолжайте дальше.

Желтый, черный, красный, зеленый
 Синий, красный, желтый, черный
 Черный, желтый, красный, зеленый
 Красный, черный, зеленый, синий
 Синий, зеленый, желтый, красный
 Желтый, красный, черный, красный

Упражнения для развития кинестетической основы движений руки (выполняются без речевого сопровождения)

«Домик»

Соедините концевые фаланги выпрямленных пальцев рук. Пальцами правой руки с усилием нажмите на пальцы левой, затем наоборот. Отработайте эти движения для каждой пары пальцев отдельно.

«Пальчики шалют»

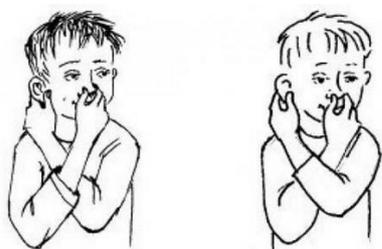
Прижмите ладонь к поверхности стола. Сначала по порядку, а затем хаотично поднимайте пальцы по одному и называйте их.

Перекрестно–латеральные движения.

Цель — развитие интегрированных связей между полушариями и отдельными областями головного мозга, для создания новых нейронных связей и упрочения уже имеющихся.

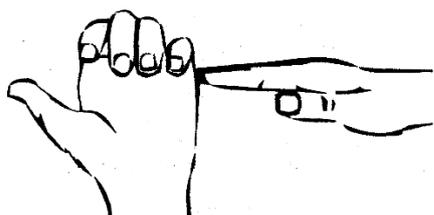
Упражнение «Ухо-нос»

Левой рукой берёмся за кончик носа, а правой — за противоположное ухо, т.е. левое. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши, поменяйте положение рук



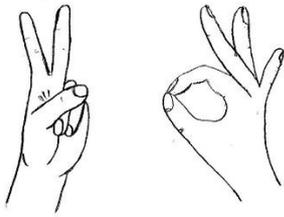
Упражнение “Лезгинка”

Левая рука сложена в кулак, большой палец в сторону (кулак расположен пальцами к себе). Правая рука в горизонтальном положении прикасается к мизинцу левой. Далее меняем руки. 6-8 повторений.



Упражнение «Виват»

Сложите пальцы на правой руке в знак ВИВАТ, на левой — ОК. Ваша задача заключается в том, чтобы одновременно менять положение пальцев на обеих руках. То есть на правой был ВИВАТ — стал ОК, на левой — был ОК — стал ВИВАТ. Старайтесь выполнить упражнение не менее 10-15 раз.



«Ножницы»

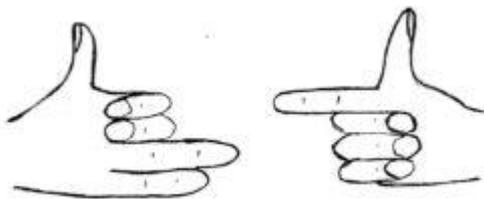
Перекрестные движения руками перед собой, меняя правую и левую рук.

«Перекрестная ходьба»

Медленная перекрестная ходьба, при выполнении которой дети попеременно касаются правым локтем левого колена и левым локтем — правого с обязательной фиксацией положения «локоть — колено».

Упражнение «Собачка — пистолет»

Сложите пальцы на одной руке в знак СОБАЧКА, а на другой— ПИСТОЛЕТ. Ваша задача заключается в том, чтобы одновременно менять положение пальцев на обеих руках. То есть там, где была СОБАЧКА — стал ПИСТОЛЕТ, а где был ПИСТОЛЕТ — стала СОБАЧКА. Попробуйте повторить 10-15 раз.

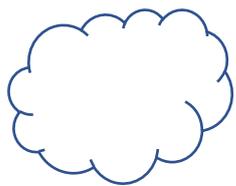


Упражнение «Колечко»

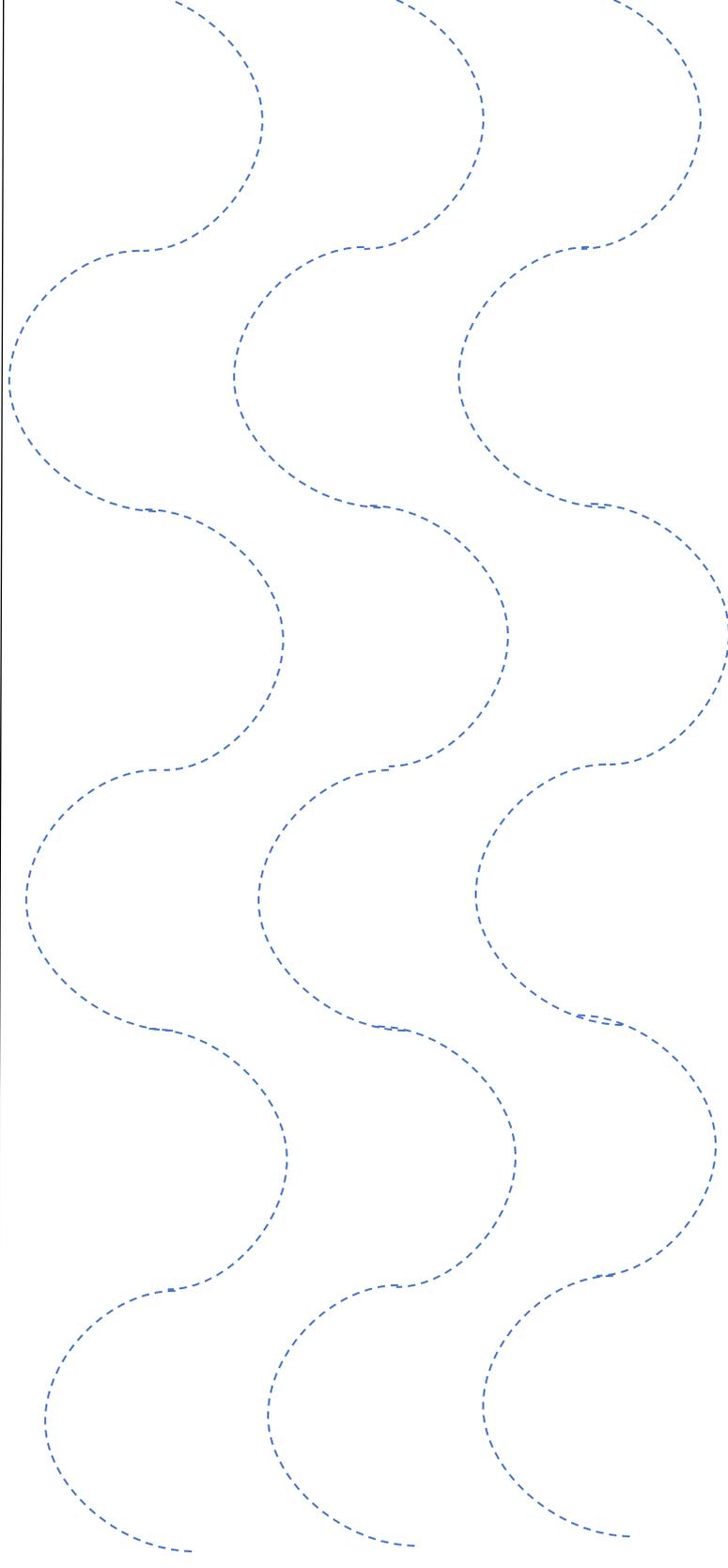
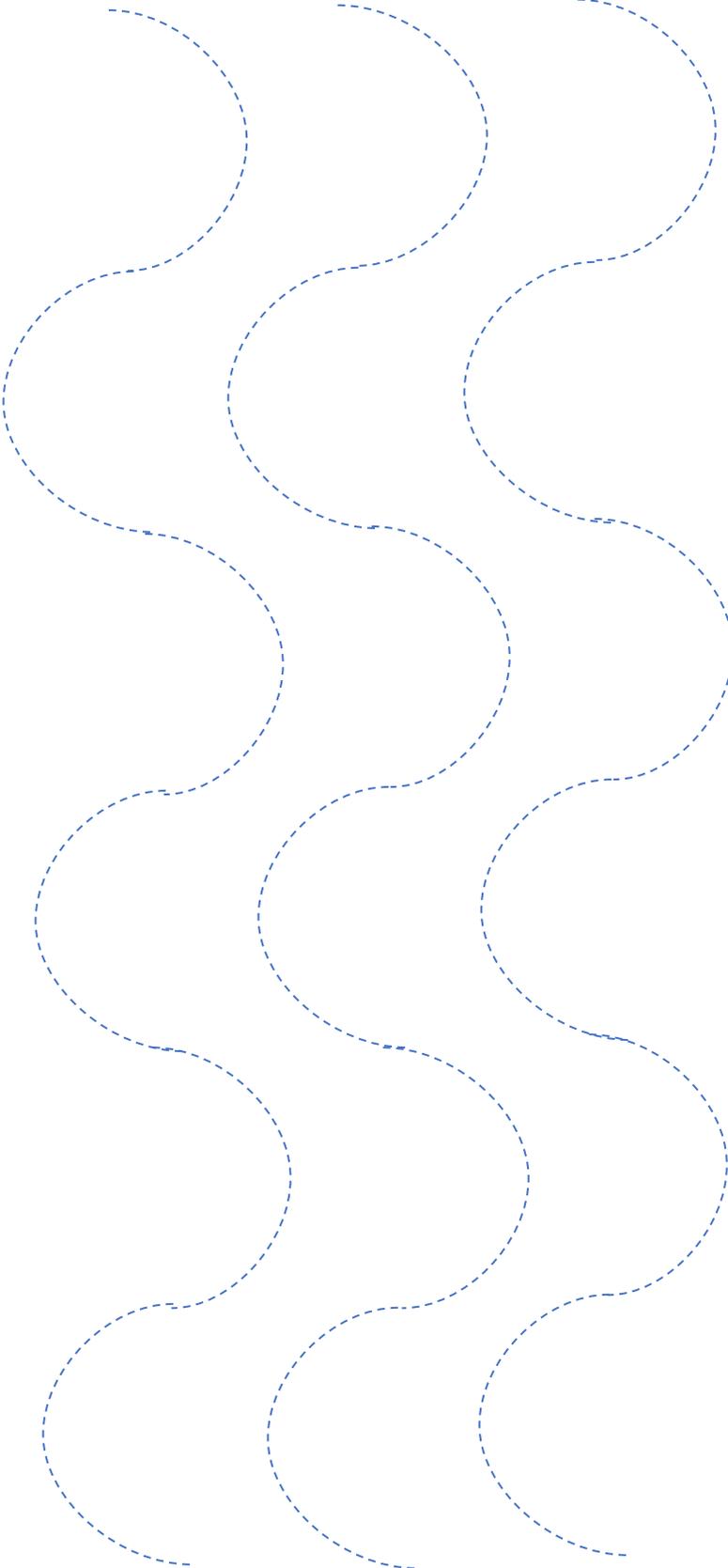
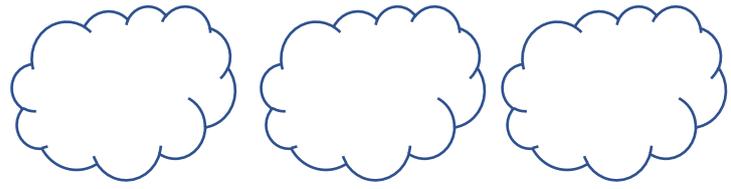
И.п. — руки на столе, предплечья кверху, ладони повернуты друг к другу, пальцы врозь. Кончики больших пальцев соединить с указательными, образуя

колечки. Остальные три пальца остаются выпрямленными. И далее поочередно с каждым пальцем. Колечки обеих рук приближать на расстояние 1,5–2 см, но не касаться друг друга. Затем всё в обратном порядке. Тоже с закрытыми глазами. Так же на каждый счет: большой палец правой руки поочередно с каждым пальцем образует колечко. Затем всё в обратном порядке.

Графические упражнения

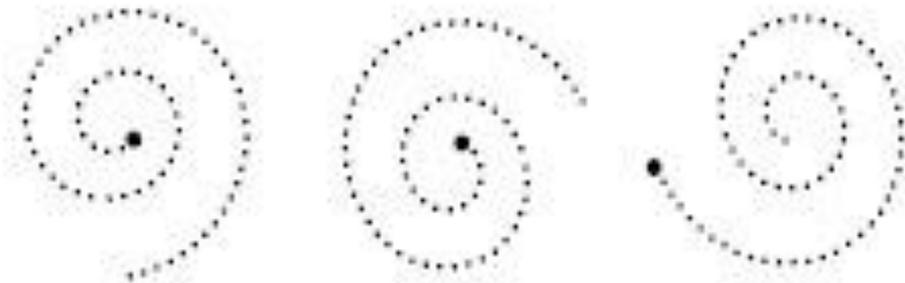
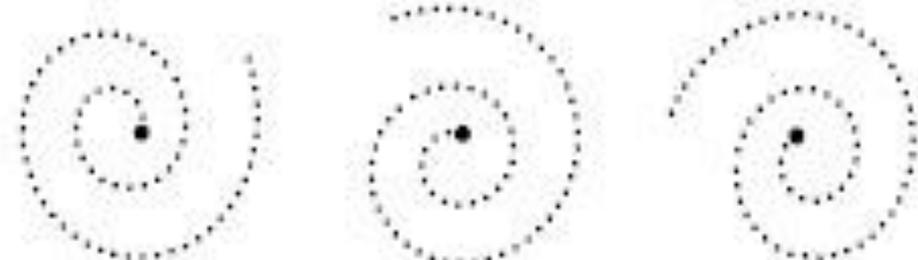
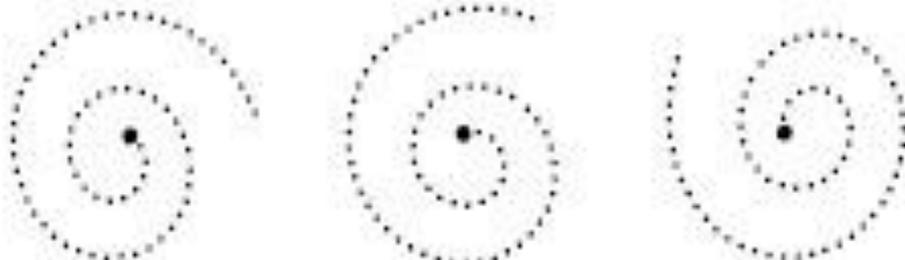
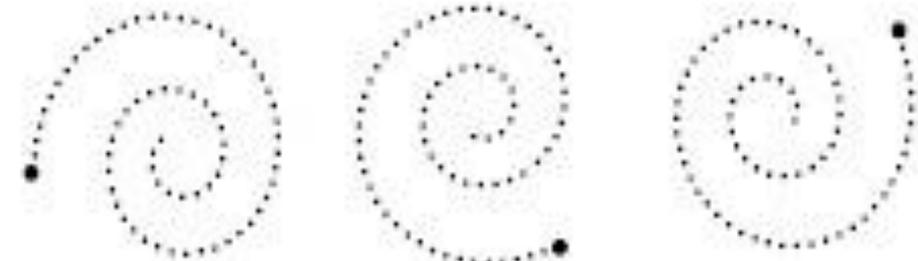
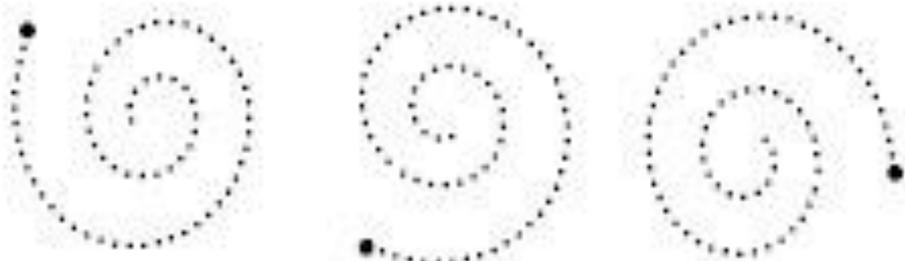
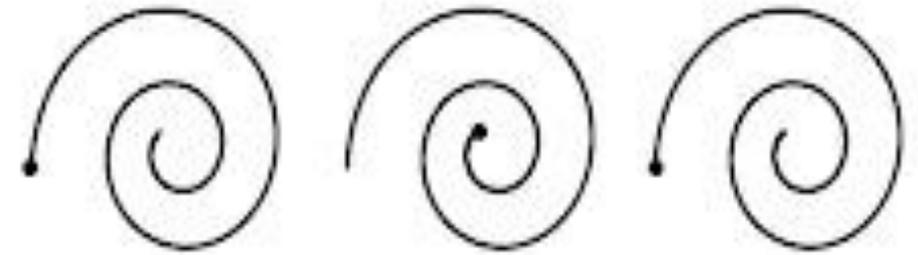


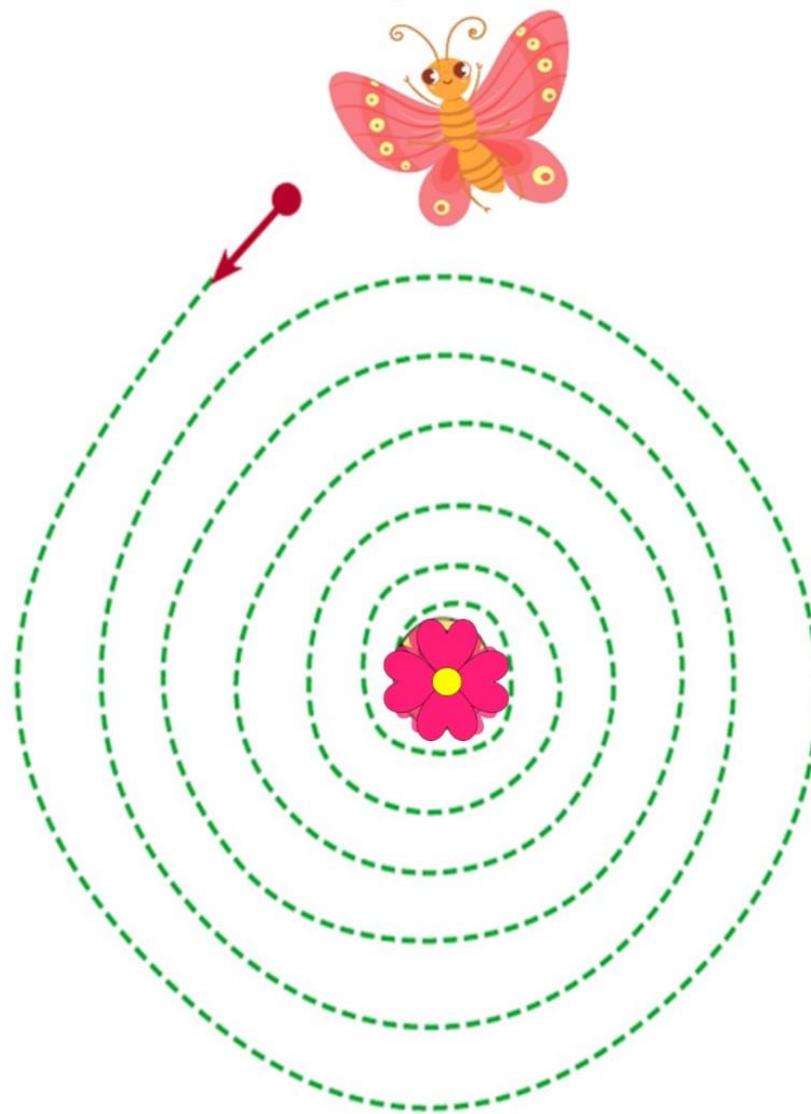
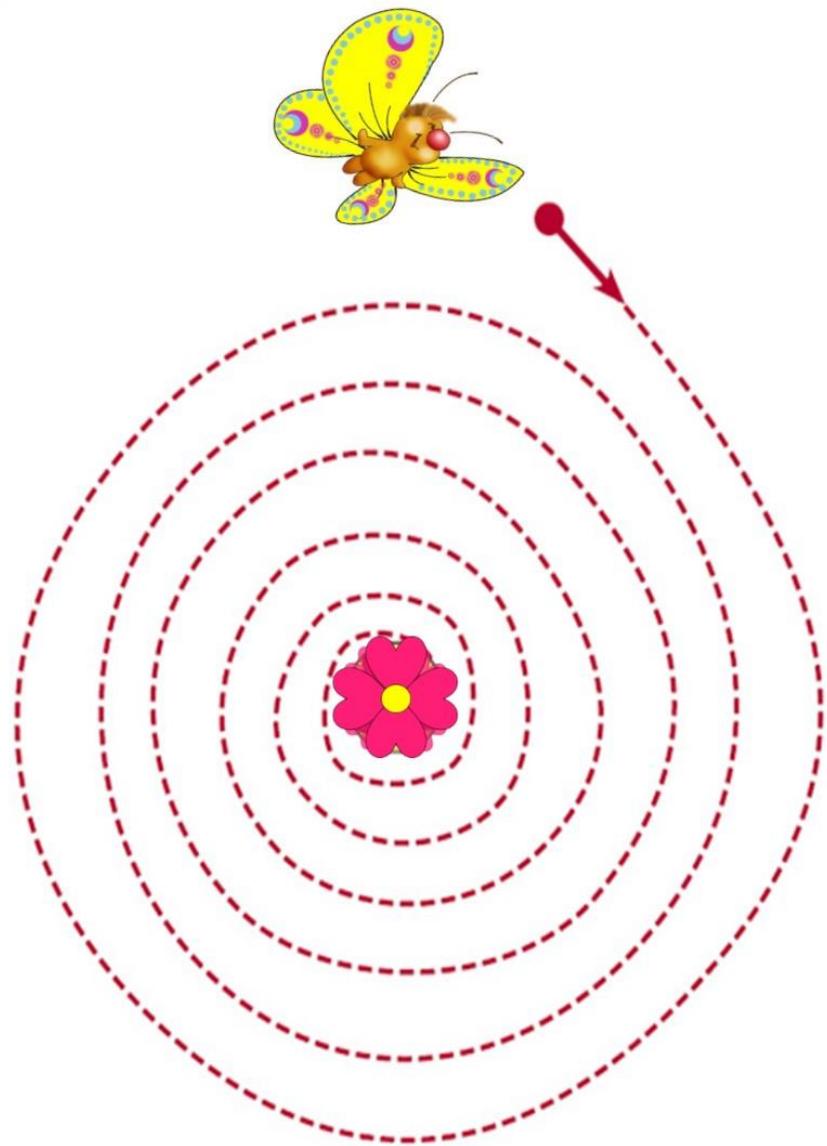




Handwriting practice sheet with seven rows. Each row contains a vehicle illustration on the left and a dotted line tracing path on the right. The tracing path starts with a solid dot and ends with an arrowhead. The vehicles are: airplane, helicopter, car, van, truck, and car.

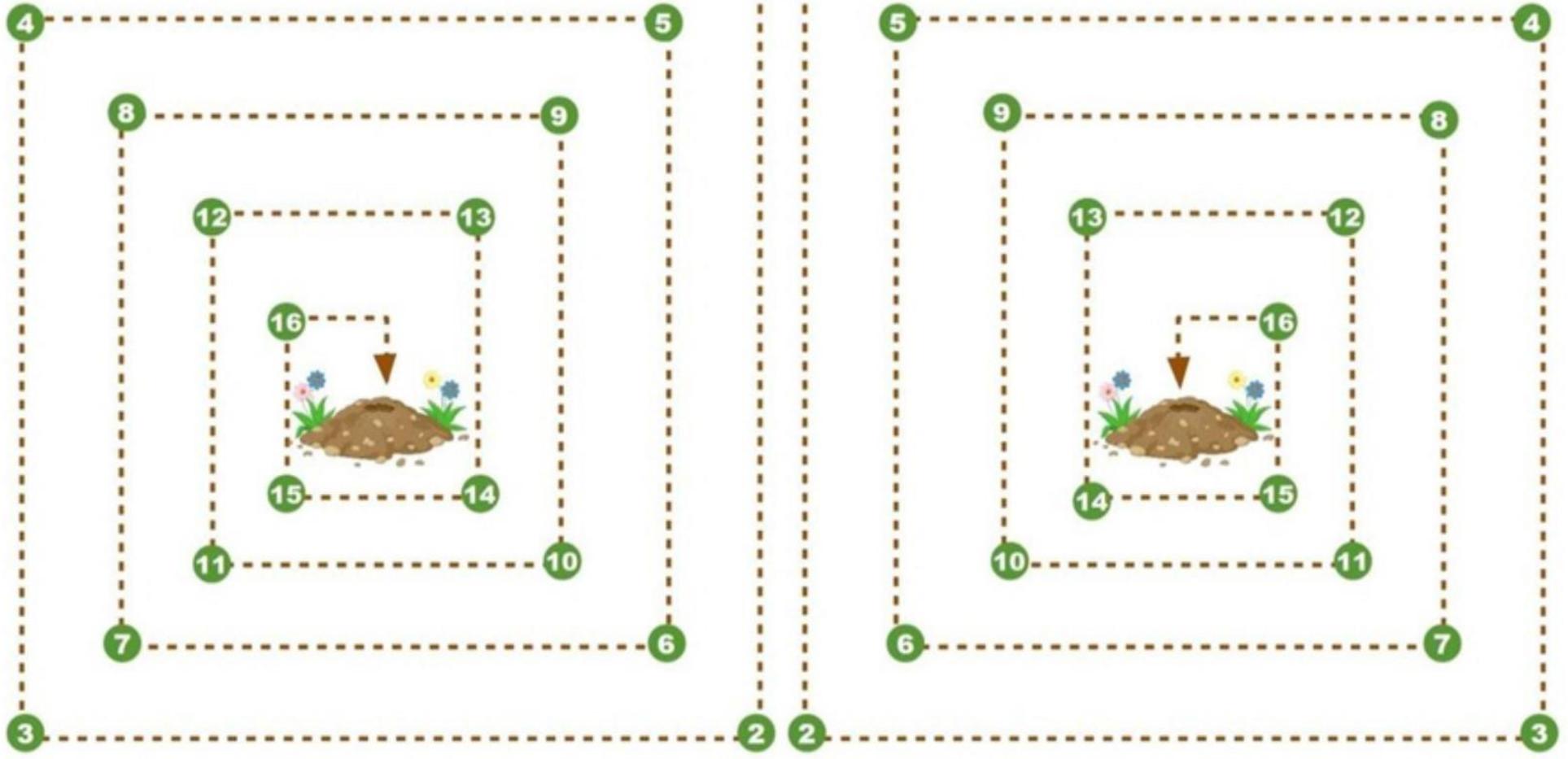
Handwriting practice sheet with seven rows. Each row contains a dotted line tracing path on the left and a vehicle illustration on the right. The tracing path starts with a solid dot and ends with an arrowhead. The vehicles are: airplane, helicopter, car, van, truck, and car.

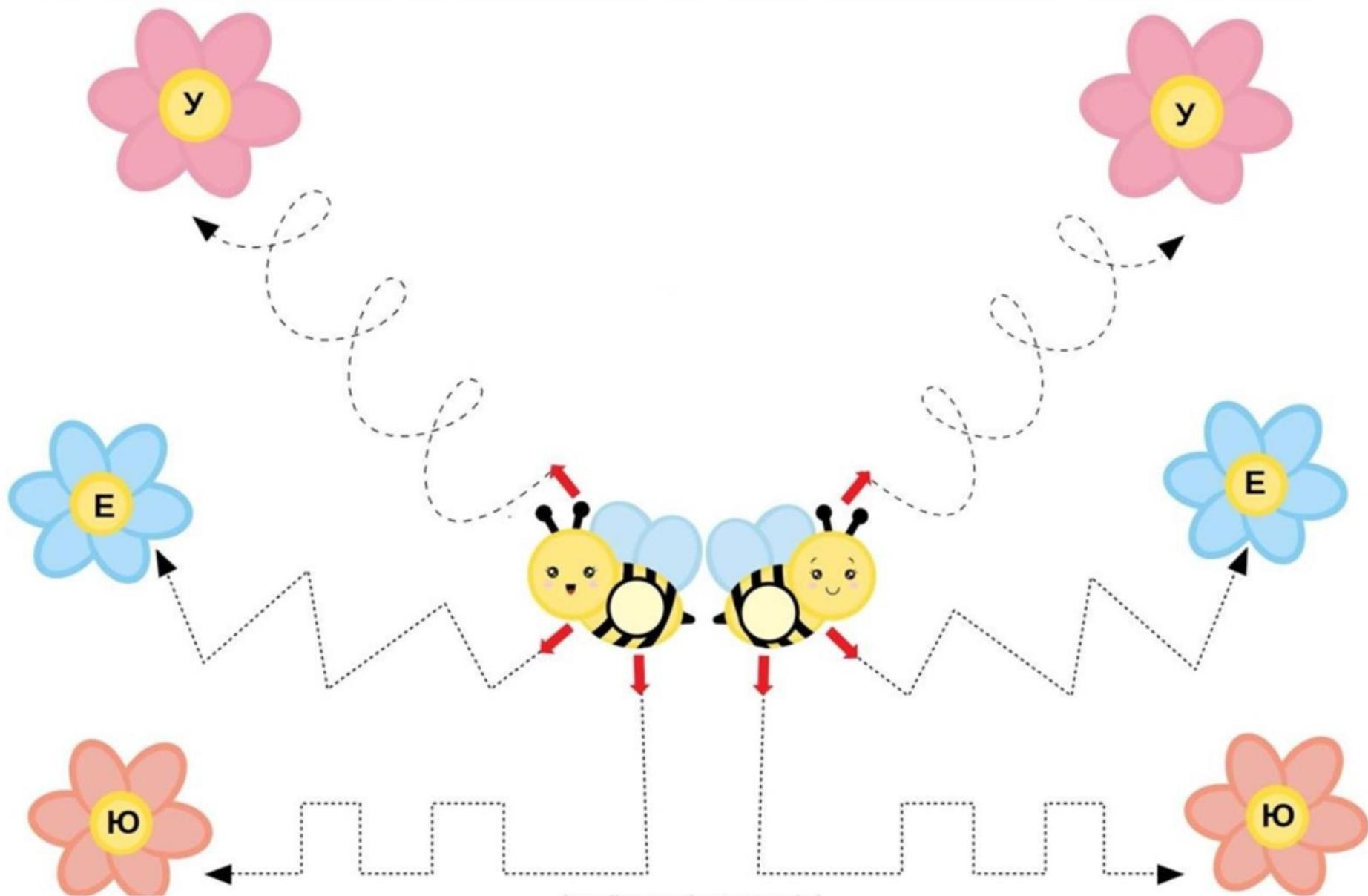


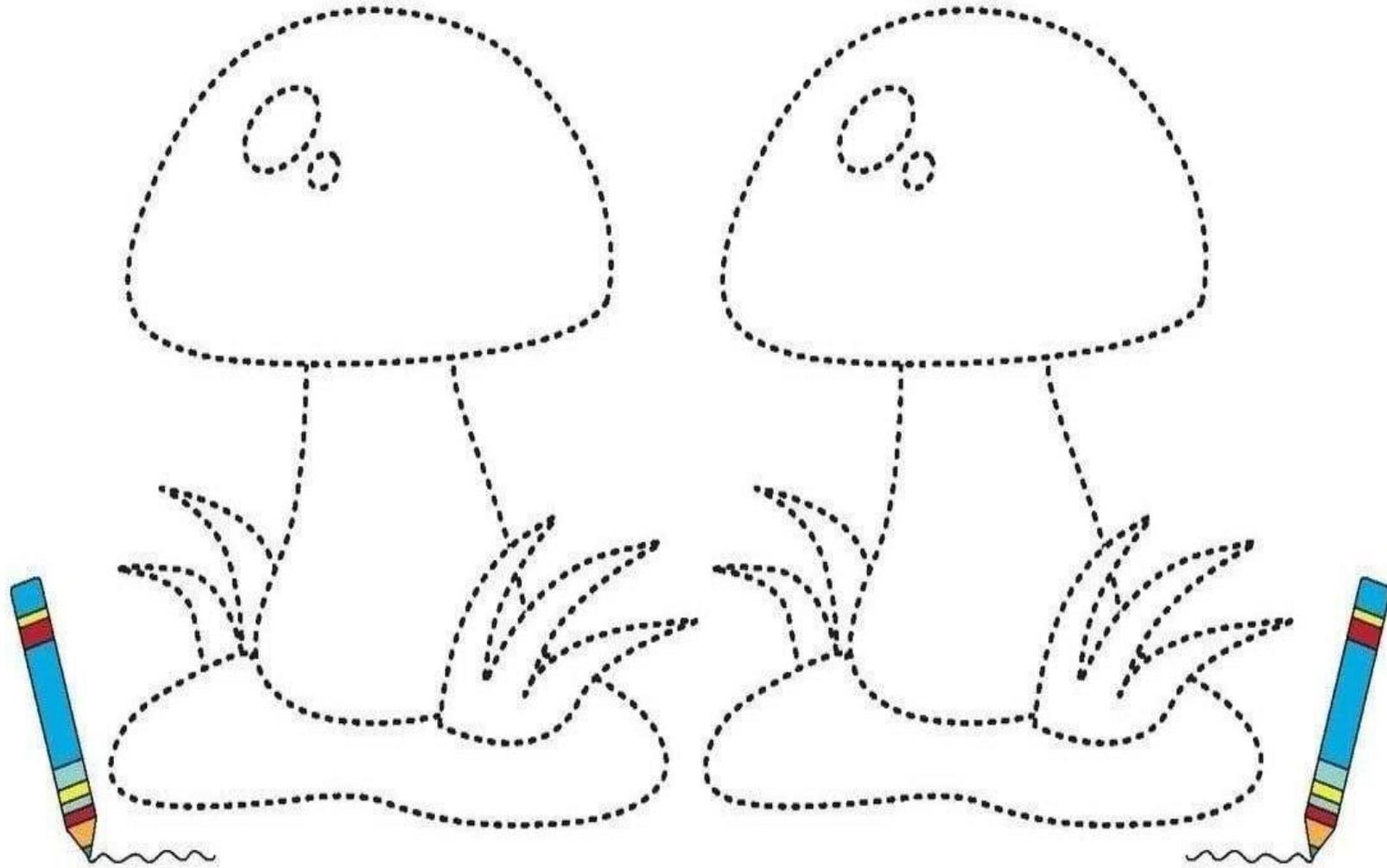


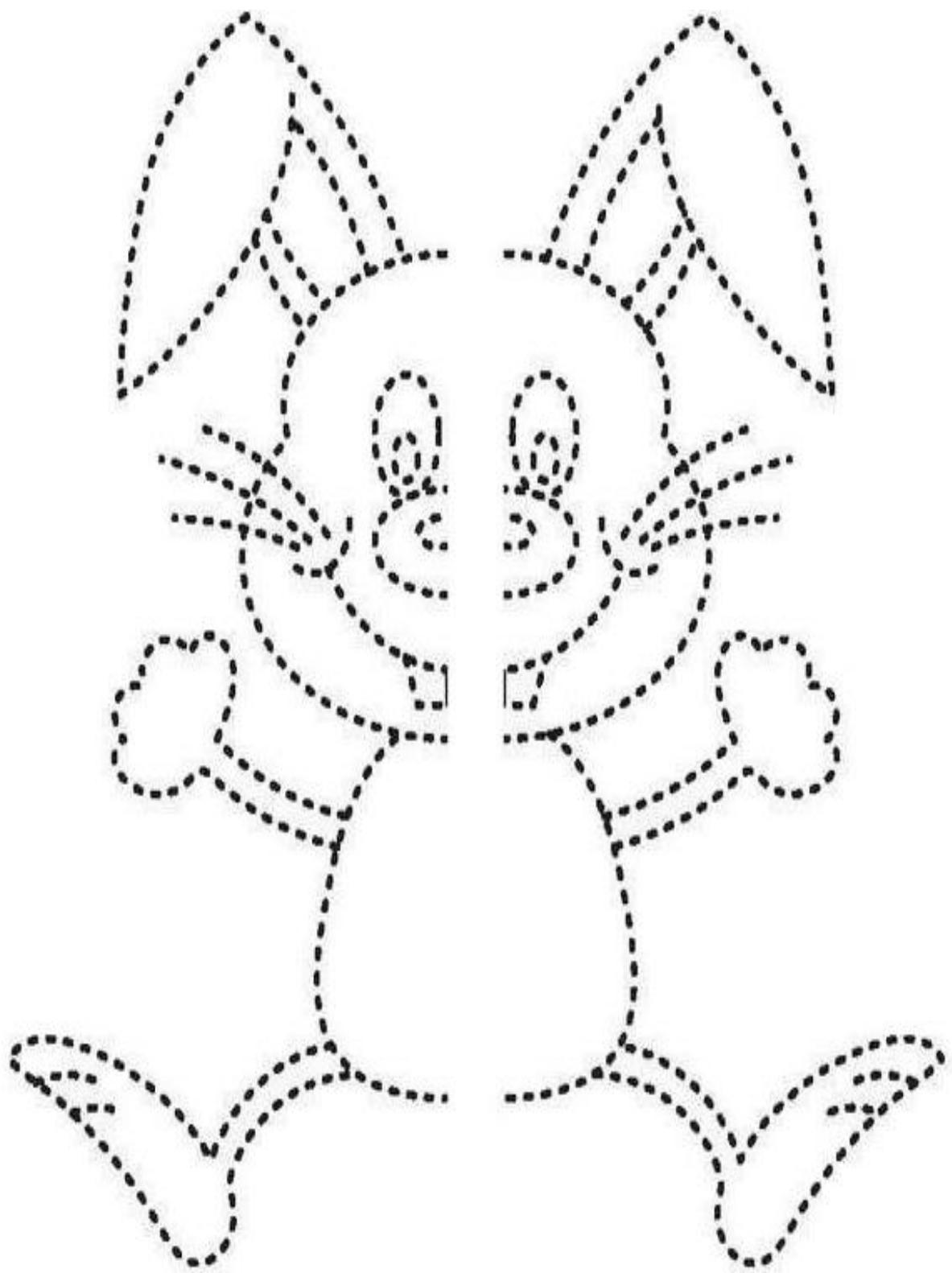


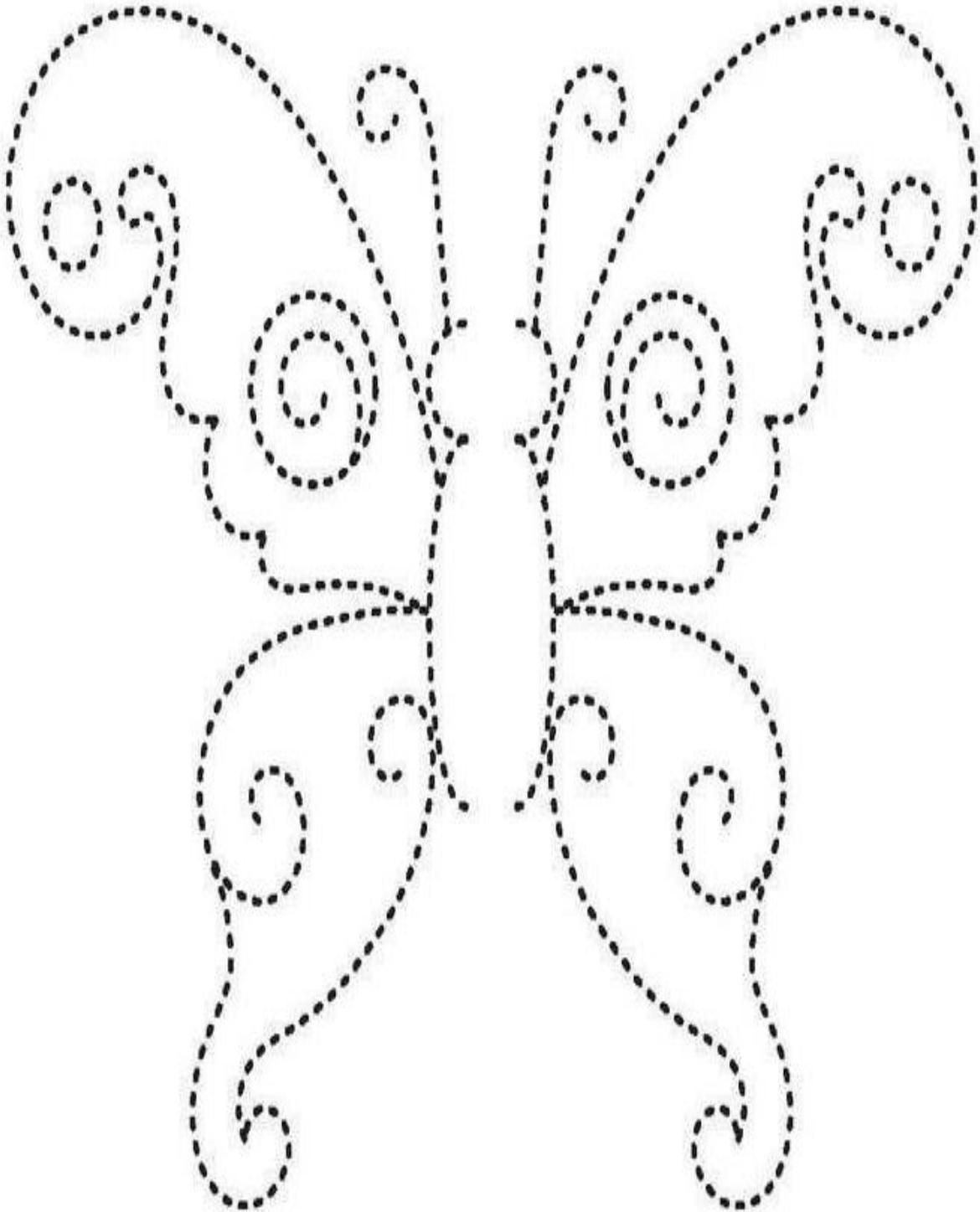
1 1

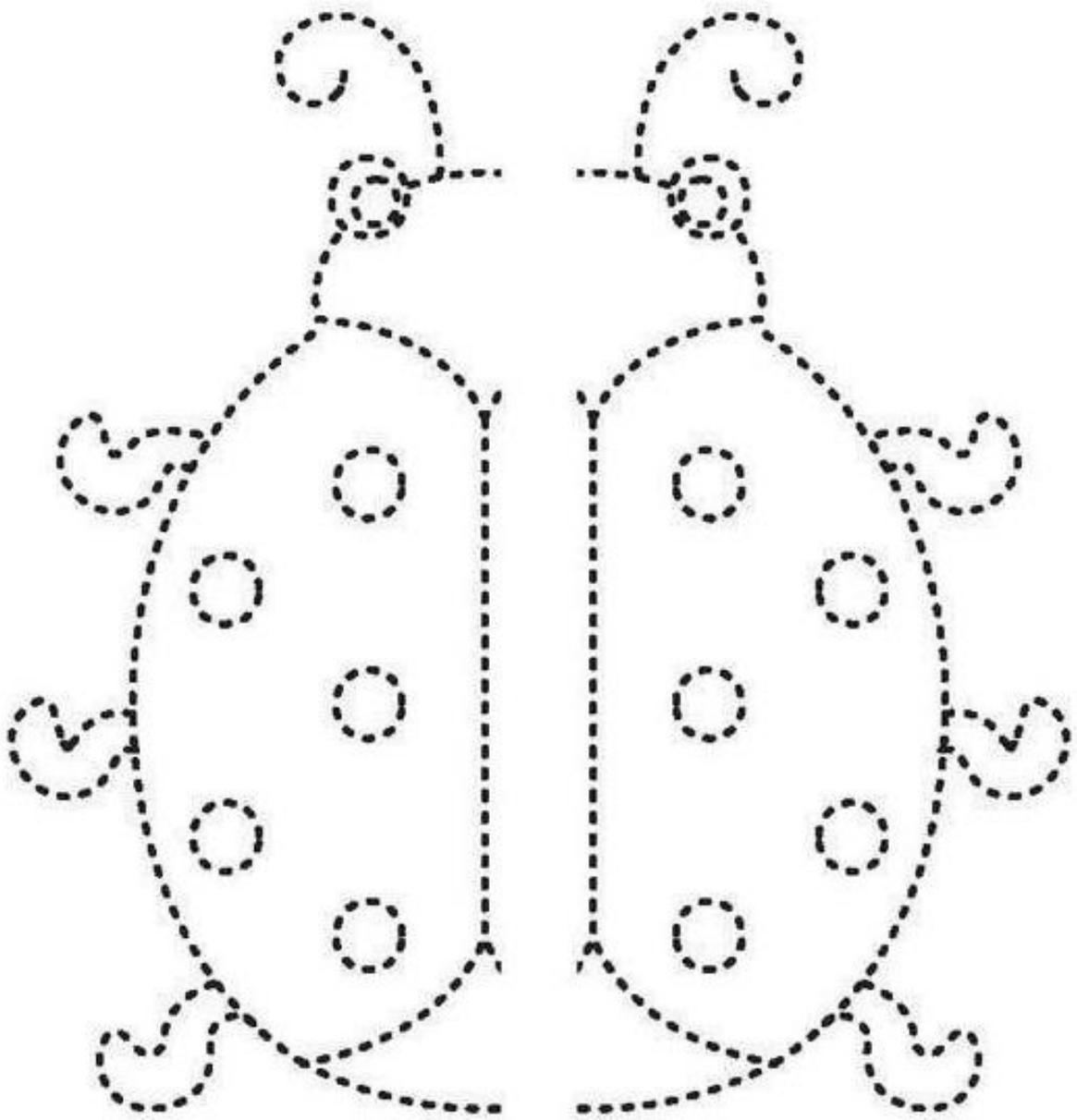


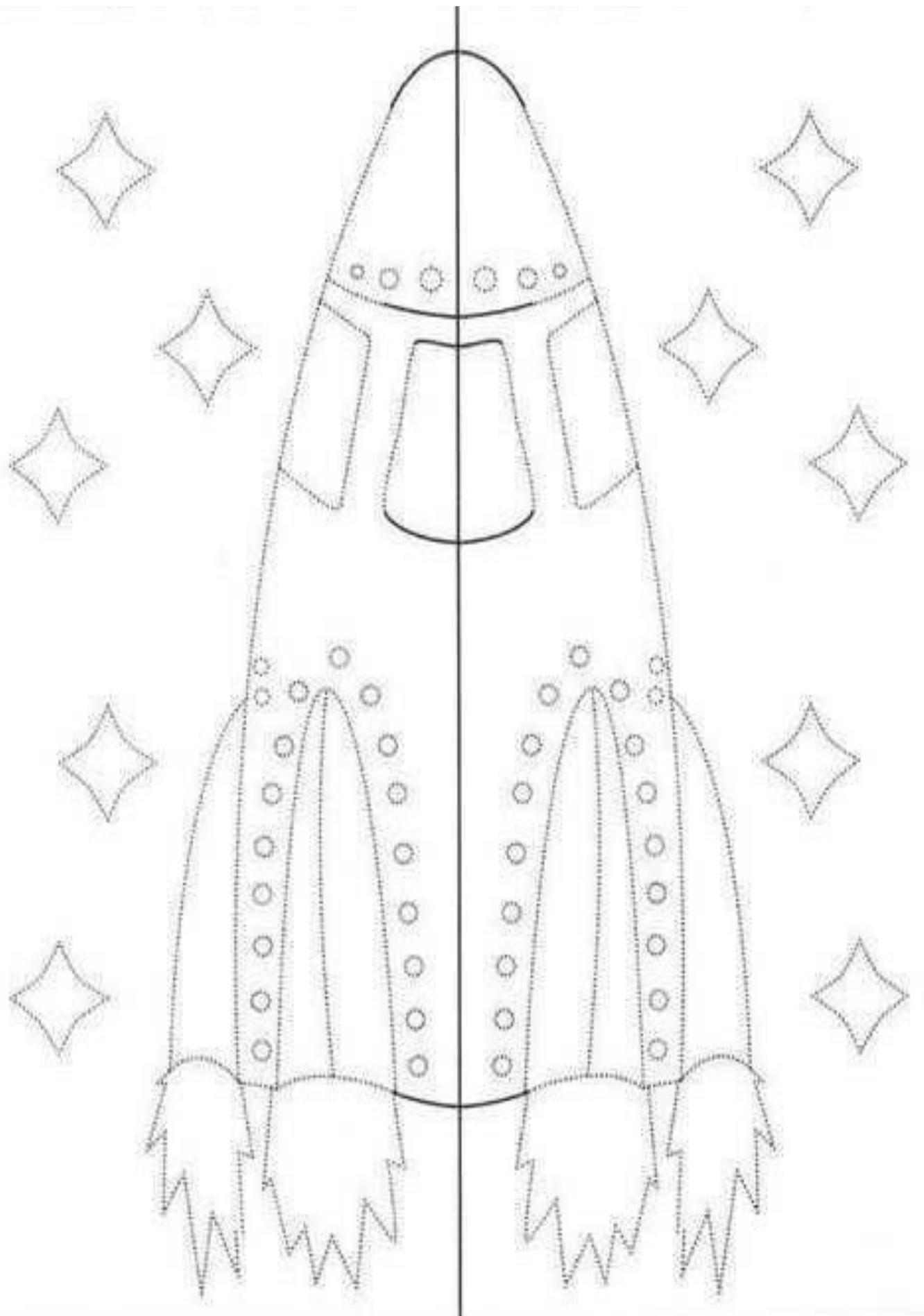


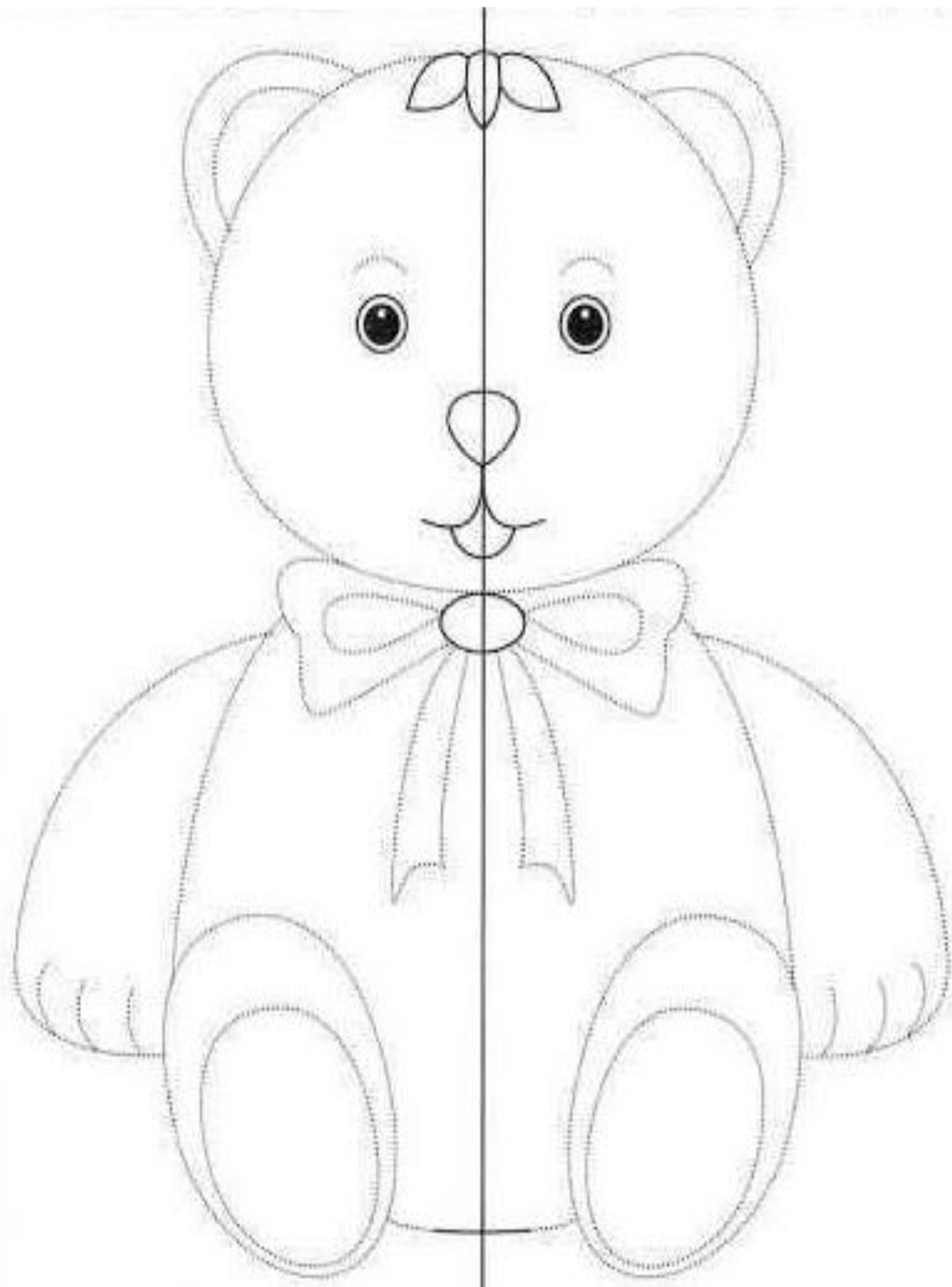


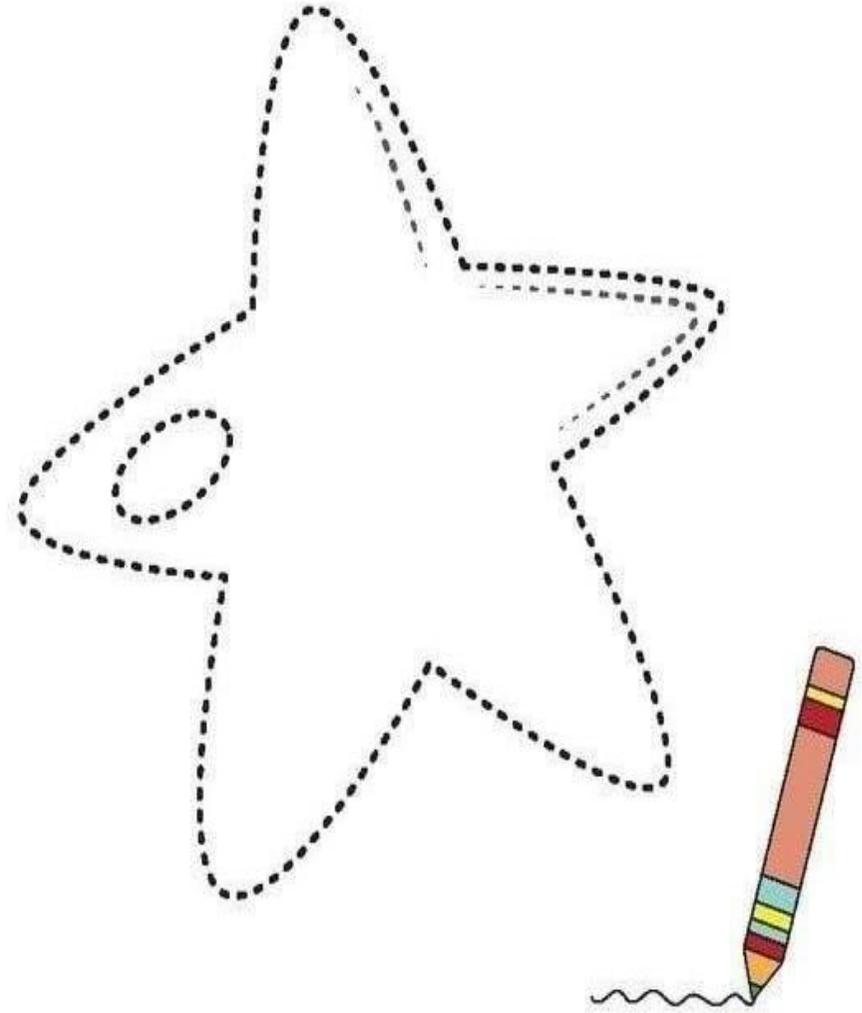
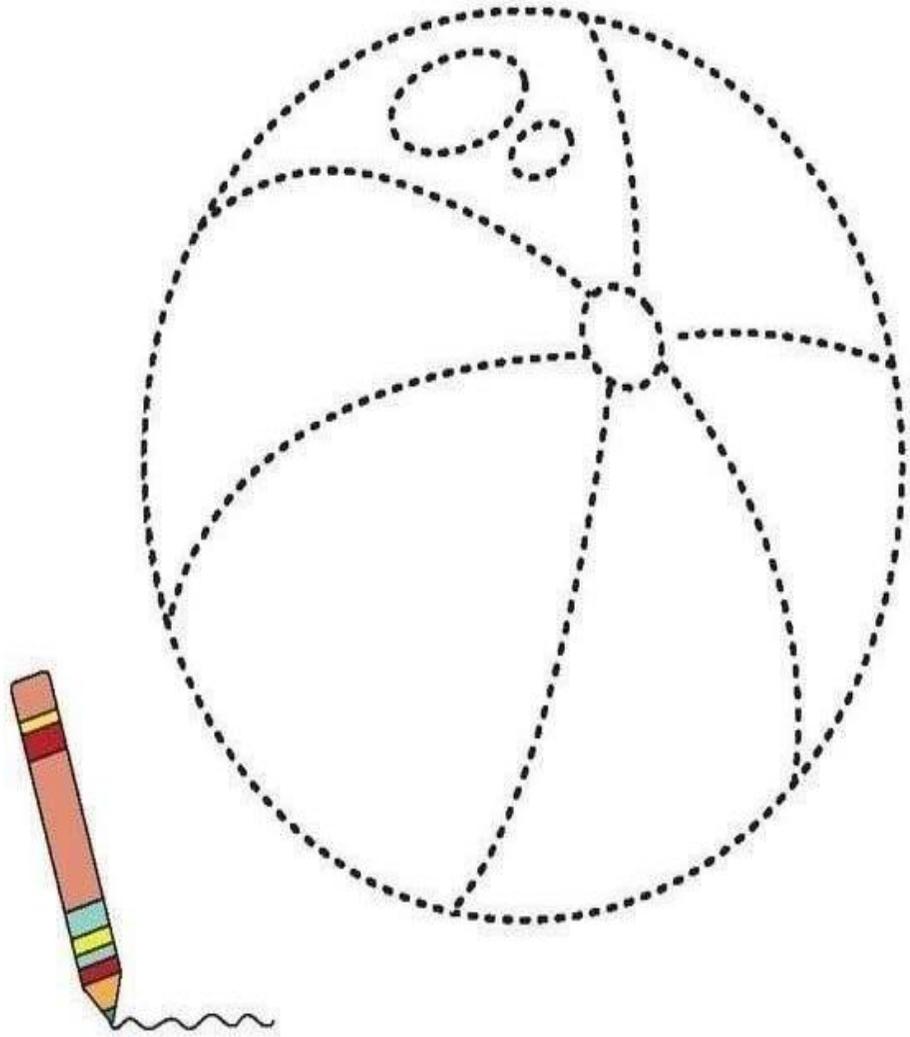


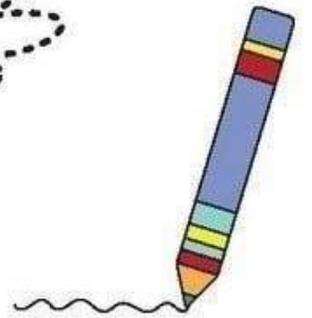
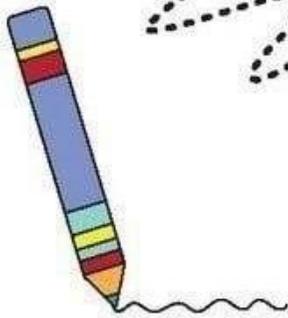
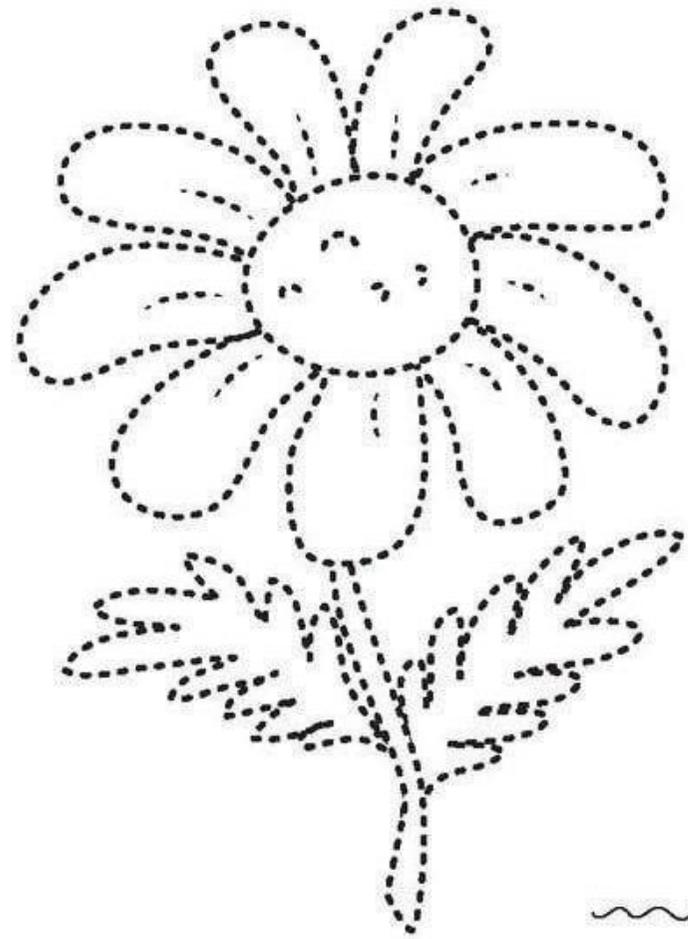
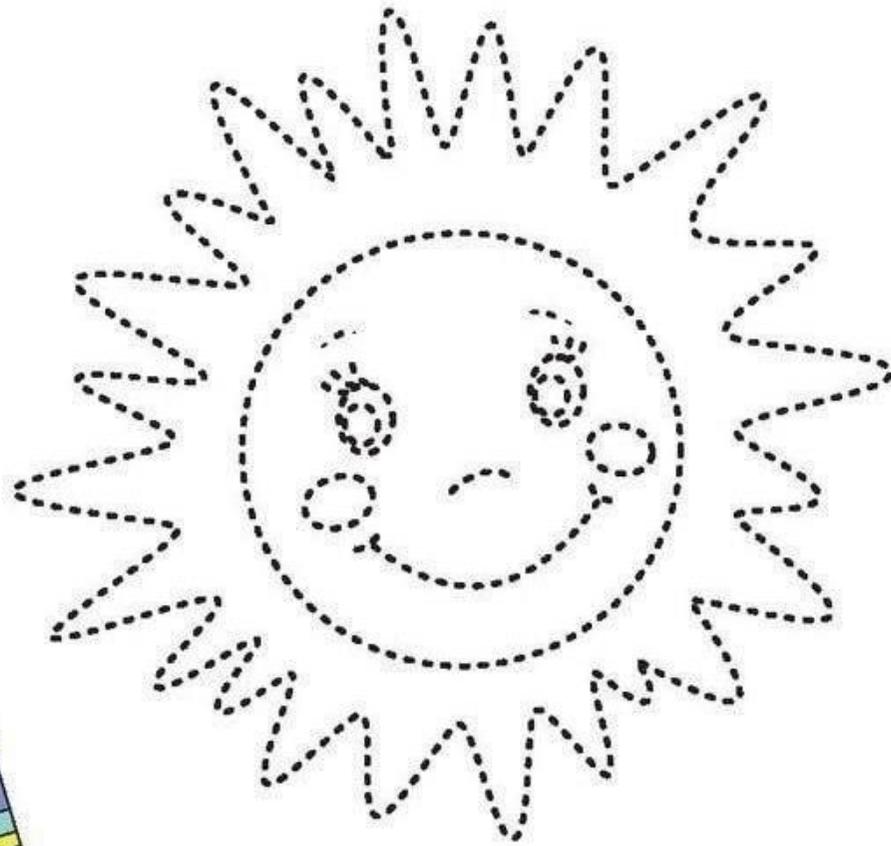












Список использованной литературы

1. Деннисон П. Гимнастика мозга. - СПб, - 2015.
2. Кочнева А.А. Упражнения, направленные на развитие межполушарного взаимодействия. - Хабаровск, - 2018.
3. Кошмина Н.Г. Развитие межполушарного взаимодействия. - Самара, - 2017.
4. Литинская К. Межполушарное взаимодействие. Задания для развития ребёнка - АСТ, -2022 г.
5. Семенович А.В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза. - М., - 2017.
6. <https://psy.su/feed/8748/>