



***РАЗВИТИЕ МЕЖПОЛУШАРНОГО
ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ У ДЕТЕЙ С СДВГ***



Значение психомоторного развития

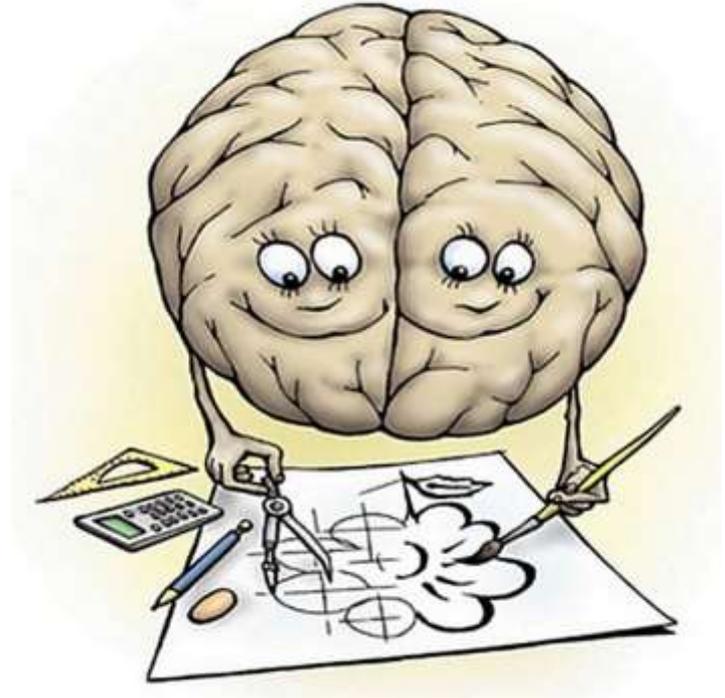
- У детей с СДВГ формирование мозговой организации от правого полушария к левому происходит с девиациями и развитие «уходит в правый лоб», что отражается в гиперактивности, импульсивности. Дело в том, что концентрацию внимания обеспечивают лобные отделы левого полушария, а правое полушарие ответственно за распределение внимания.
- Психомоторное развитие ребенка (с учетом общих закономерностей онтогенеза) является базальным уровнем для дальнейшего психического развития как основы для полноценного обучения и формирования навыков.



Мероприятия по психомоторному развитию, основанные на *двигательных методах*, включают:

- ❖ растяжки
- ❖ дыхательные и глагодвигательные упражнения
- ❖ упражнения для лицевой группы мышц
- ❖ реципрокные (перекрестные) телесные упражнения
- ❖ упражнения для развития мелкой моторики
- ❖ упражнения для релаксации

Межполушарное взаимодействие — особый механизм объединения левого и правого полушарий мозга в единую интегративно целостную систему, формирующийся в онтогенезе.





Цель

Развитие межполушарного
взаимодействия у детей с
СДВГ.



Задачи

- ❖ Улучшают мыслительную деятельность,
- ❖ Синхронизируют работу полушарий,
- ❖ Способствуют улучшению запоминания,
- ❖ Повышают устойчивость внимания

УПРАЖНЕНИЯ НА РАЗВИТИЕ МЕЖПОЛУШАРНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ

Перекрестные (реципрокные) упражнения

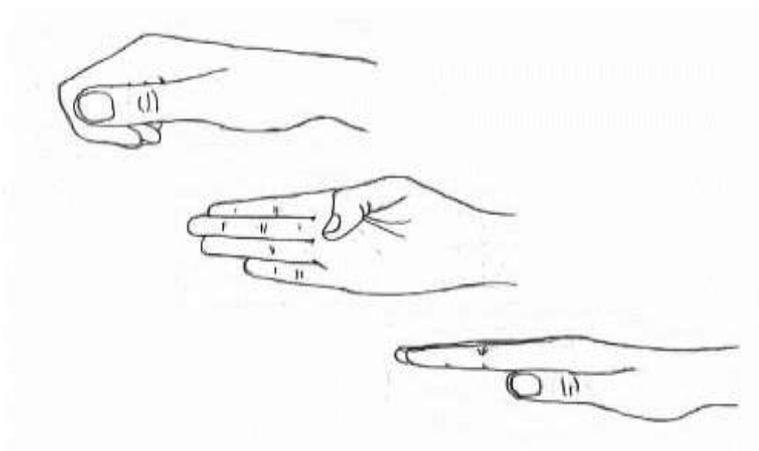
Процесс психического развития детей происходит при условии их высокой двигательной активности.

При регулярном выполнении перекрестных движений образуется большое количество нервных волокон, связывающих полушария головного мозга, что способствует развитию высших психических функций. Для развития межполушарного взаимодействия можно предложить следующие перекрестные упражнения.



«Кулак — ребро — ладонь»

Ребенку показывают три положения руки на плоскости стола, последовательно сменяющие друг друга: ладонь на плоскости; ладонь, сжатая в кулак; ладонь ребром на плоскости стола; выпрямленная ладонь на плоскости стола.

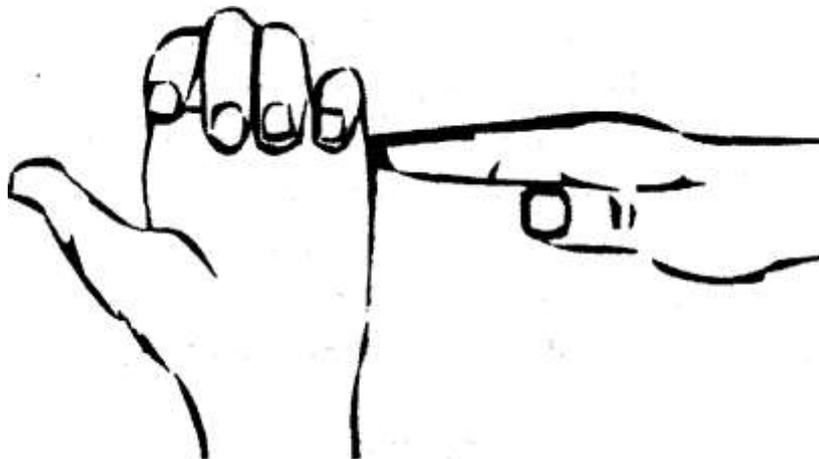




- ✓ Ребенок выполняет пробу вместе с инструктором (педагог, родитель);
- ✓ Затем — по памяти в течение 8 -1 0 повторений моторной программы;
- ✓ Проба выполняется сначала правой рукой, потом — левой, затем — двумя руками вместе;
- ✓ При усвоении программы или при затруднениях в выполнении инструктор предлагает ребенку помогать себе командами («Кулак — ребро — ладонь»), произносимыми вслух или «про себя».

«Лезгинка»

Ребенок складывает левую руку в кулак, большой палец отставляет в сторону, кулак разворачивает пальцами к себе. Правой прямой ладонью в горизонтальном положении прикасается к мизинцу левой. После этого одновременно меняет положение правой и левой рук в течение 6-8 смен позиций. Необходимо добиваться высокой скорости смены положений.





Для усложнения упражнения добавляются движения глаз и языка:

- сначала однонаправленные (глаза и язык двигаются в сторону кулачка),
- затем — разнонаправленные (глаза — в сторону кулачка, язык — в сторону ладони).

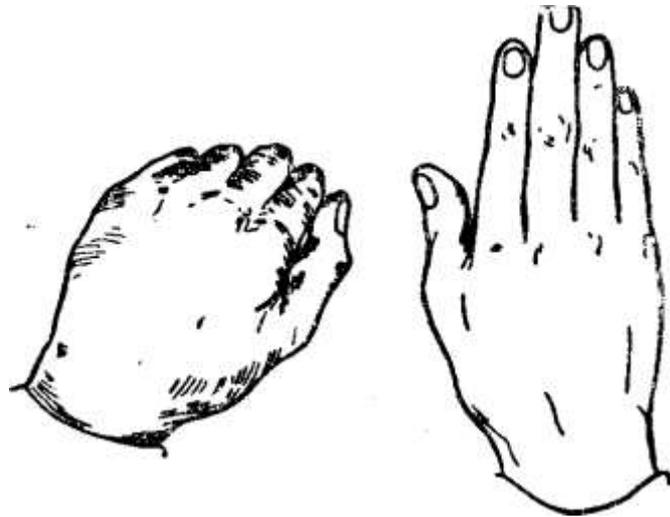
«Ухо — нос»

Левой рукой взяться за кончик носа, а правой рукой — за противоположное ухо. Одновременно отпустить ухо и нос, хлопнуть в ладоши; затем поменять положение рук «с точностью до наоборот».



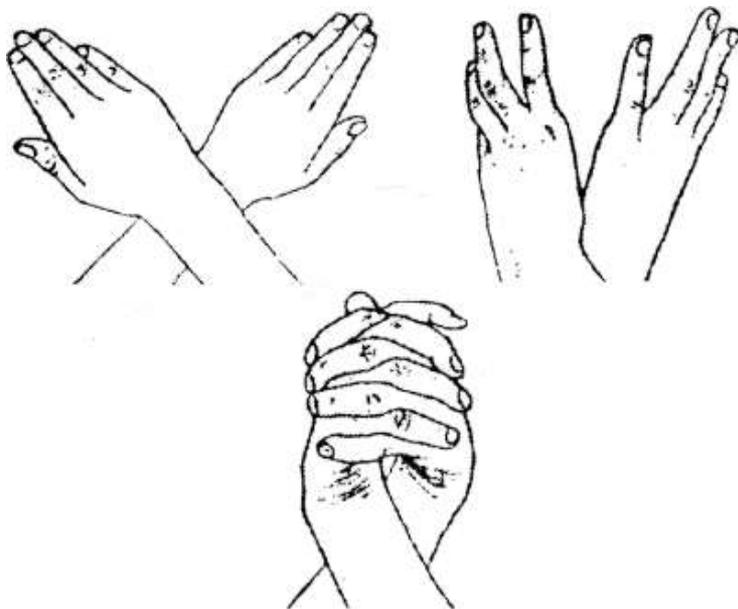
«Лягушка»

Положить руки на стол. Одну ладонку сжать в кулак, другую положить на плоскость стола. Одновременно менять положение рук. Усложнение упражнения состоит в ускорении.



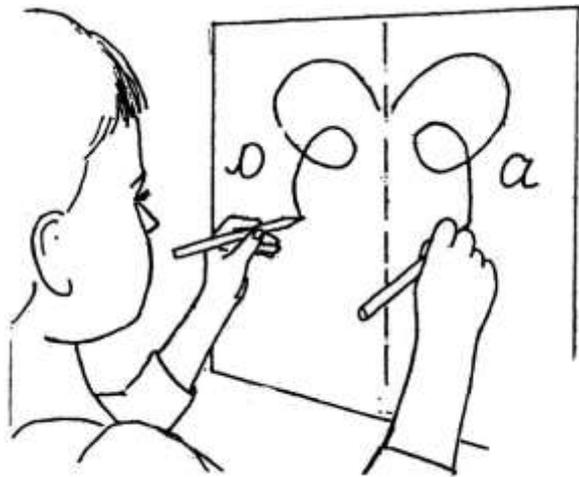
«Замок»

Скрестить руки ладонями друг к другу; сцепить пальцы в замок, вывернуть руки к себе. Двигать пальцем, который укажет ведущий — палец должен двигаться точно и четко, не допуская синкинезий; прикасаться к пальцу нельзя.



«Зеркальное рисование»

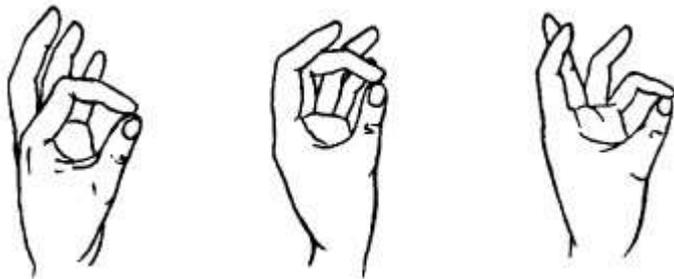
Положить на стол чистый лист бумаги; взять в обе руки по карандашу или фломастеру; начать рисовать одновременно обеими руками зеркально-симметричные рисунки, буквы. При выполнении этого упражнения ребенок чувствует, как расслабляются глаза и руки.



Фиг. 8

«Колечко»

Поочередно и как можно быстрее необходимо перебирать пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т. д.



Упражнение выполняется в прямом (от указательного пальца к мизинцу) и в обратном (от мизинца к указательному пальцу) порядке. Вначале упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе.

На формирование
одновременных и
реципрокных координации
оказывают положительное
влияние не только
упражнения, включающие
взаимодействия рук или ног,
но также и сочетанные
движения правой и левой
половин тела.





Упражнение лежа на спине.

Модифицированный вариант «велосипеда» - Р. имитирует ногами езду на велосипеде, касаясь при этом локтем (ладонью) противоположного колена; то же - до одноименного колена; затем снова до противоположного колена.



Упражнение стоя на четвереньках.

Ползание вперед, назад, вправо и влево (на локтях и кистях) с одновременным передвижением одноименных руки и ноги, затем противоположных руки и ноги. При этом руки в начале располагаются параллельно друг другу; затем - перекрещиваются, т.е. при движении с каждым «шагом» правая рука заходит за левую, затем левая - за правую и т.д. Аналогично - ноги.



Упражнение стоя.

«Цыганочка». И.п. – встать, ноги на ширине плеч, руки опущены. Дотронуться правой рукой до поднятого левого колена , вернуться в и.п., затем сзади дотронуться левой рукой до правой пятки (согнутая в колене правая нога отводится назад). Вернуться в и.п. Повторить, соответственно, для левой руки и правого колена и правой руки и левой пятки. Повторить весь цикл 3 раза.



«Качели».

Р. изображает языком движение качелей: поднимать язык вверх, опускать его вниз; то же - с одновременным движением рук сначала в ту же, а затем в противоположную от языка сторону. Аналогично - с движениями глаз.





ЛИТЕРАТУРА

1. Семенович А.В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза: Учебное пособие. — М.: Генезис, 2007. — 474 с.
2. Сиротюк А.Л. «Синдром дефицита внимания с гиперактивностью», «Сфера», Москва 2002г.
3. Сиротюк А.Л. Упражнения для психомоторного развития дошкольников: Практическое пособие. — М.: АРКТИ, 2008. — 60 с.
4. Любимова В. «Кинезиология. Второй уровень познания тела», «Невский проспект», Санкт – Петербург, 2005г.
5. Любимова В. «Кинезиология, или природная мудрость тела», «Невский проспект», Санкт – Петербург, 2005г.