**Развитие межполушарных связей у детей, упражнения и игры**

Для развития межполушарного взаимодействия у детей используют разные методики и подходы. Специалисты часто прибегают к кинезиологическим упражнениям, помогающим укрепить физическое и психическое здоровье, наладить нормальную координацию, развить речь и пространственные представления/ориентировку, снизить утомляемость и повысить эмоционально-волевую устойчивость.

В принципе, родители тоже могут выполнять подобные упражнения с ребенком дома, пройдя перед этим курс реабилитации у специалиста. Продолжительность занятий всегда зависит от возраста. Чем ребенок меньше, тем короче сеанс. Длительность составляет от 5 до 60 минут. Моя дочка Аня начинала в 5 лет с 15 минут, сейчас в 7 она выдерживает почти час.

**Кинезиологические упражнения для развития межполушарных связей у детей**

Кинезиологические упражнения для межполушарного взаимодействия – это комплекс движений, помогающих активизировать синергию двух полушарий и обмен информацией между ними.

**Кулак – ребро – ладонь**

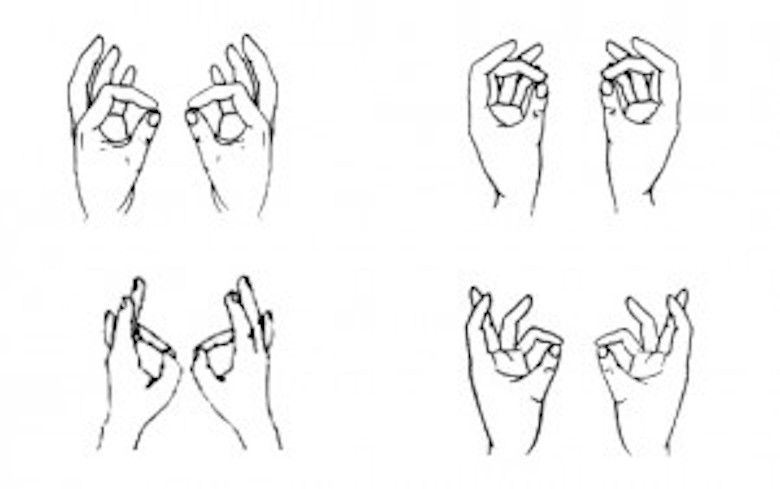
Одно из самых часто используемых упражнений для диагностики детей старшего дошкольного возраста. Если ребенок не может его выполнить после демонстрации взрослым, значит, проблемы есть. Оно влияет на развитие мозолистого тела и произвольность движений. Выполняется следующим образом.

На плоскости стола ладонь сменяет три положения: ставим на стол кулак, потом боковую часть (ребро) ладони, потом распрямленную ладонь (ее внутреннюю сторону). Сначала выполняется вместе с взрослым, потом несколько повторений самостоятельно. Меняем правую и левую руку., затем делаем двумя руками одновременно.



**Колечко**

Последовательно соединяем все пальцы с большим. Так доходим до мизинца и идем обратно. Сначала упражнение выполняется правой рукой, потом левой, после работают обе руки вместе.



**Яблоко и червячок**

Еще одно упражнение для развития межполушарного взаимодействия у детей. Левая рука показывает знак «класс», правая сжата в кулак. В правой «червячок» спрятался в яблоко, в левой – вылез. Взрослый хлопает, и ребенок должен поменять положение рук. Повторяем 5-10 раз.



**Гусь – курица – петух**

Обе руки смотрят друг на друга. Сначала изображается гусь: пальцы собраны щепоткой и максимально вытянуты, при этом большой палец как бы лежит на остальных. Курица выполняется так: ладони чуть согнуты, указательный палец опирается на большой, остальные просто прижаты друг к другу – получается, будто мы соорудили колечко из всех пальчиков. Петух: ладошки поднимаем вверх, большой и указательный пальцы соединены в кольцо, остальные пальцы устремляются вверх (гребень). Поочередно меняем три положения, повторяем 5-10 раз.



**Ухо – нос**

Предлагаем ребенку коснуться левой рукой кончика носа, правая держится за левое ухо. Меняем положение: правая рука к носу, левая – к правому уху. Смена происходит при хлопке взрослого. При хорошем выполнении можно предложить ребенку совершать хлопок самостоятельно и быстро менять положение рук.



**Ножницы – собака – лошадка**

Ладонь разворачиваем ребром и изображаем «ножницы» указательным и средним пальцами, при этом мизинец и безымянный прижаты большим пальцем. Быстро меняем «ножницы» на «собаку». Для этого ладонь оставляем ребром, большой палец поднимаем и выпрямляем, указательный согнут, остальные полностью выпрямлены. Теперь меняем «собачку» на «лошадку»: подключаем правую руку, на которой большой палец смотрит вверх, остальные выпрямлены, в это время левой рукой обхватываем правую и большой палец поднимаем тоже вверх, немного скрещивая его с большим пальцем правой руки (грива лошадки). Стараемся быстро менять все три положения. Можно делать это по хлопку взрослого.



**Зайчик – коза – вилка**

Положение «заяц»: ладонь поднята вверх, указательный и средний пальцы – тоже, остальные прижаты к ладони, большой придерживает их. «Коза»: ладонь остается в вертикальном положении, указательный и мизинец смотрят вверх, остальные пальцы прижаты к ладони, большой снова их придерживает. «Вилка»: большой и указательный пальцы соединены, остальные подняты вверх. Быстро меняем позиции пальцев.



**Флажок – рыбка – лодочка**

Для «флажка» располагаем ладошку ребром к горизонтальной плоскости, большой палец тянется вверх, остальные выпрямлены. Меняем на «рыбку» и разворачиваем ладонь внутренней стороной к горизонтальной плоскости, слегка согнув все пальцы и соединив их вместе, при этом большой немного «заныривает» под остальные. «Лодочку» изображаем, сложив обе ладошки вместе, чуть разъединив их посредине (ребром к плоскости). Быстрая смена позиции, повторов от 5 и больше.



**Дом – ежик – замок**

«Дом»: пальцы рук соединены под углом, большие чуть отведены в сторону. «Ежик»: ладони ставим под углом друг к другу, пальцы одной руки расположены между пальцами другой. «Замок»: выполняется по принципу «ежика», но пальцы согнуты, а ладони плотнее прижаты друг к другу.



**Игра с мячом для пальчиков**

Под стихотворные строки перекидываем маленький поролоновый мячик между пальчиками, начиная с пары «указательный – средний».

*Мячик мой не отдыхает,*

*Между пальцами гуляет.*

Теперь перекидываем его из ладони в ладонь.

*Поиграю я в футбол*

*И забью в ладошку гол.*