**Выханская И.В.**

**учитель-дефектолог МДОУ «Детский сад «Родничок» г. Надыма»**

**Развитие межполушарного взаимодействия**

**посредством использования**

**балансировочной доски Бильгоу**

**с детьми, имеющими ограниченные возможности здоровья**

В последнее время очень часто можно услышать о значимости развития межполушарного взаимодействия для общего развития ребёнка, в том числе ребёнка, имеющего нарушения в развитии. Так что же такое межполушарное взаимодействие?

**Межполушарное взаимодействие** - особый механизм объедения левого и правого полушария в единую интегративную, целостно работающую систему, формирующийся под влиянием как генетических**,** так и средовых факторов. Информация о процессах, которые развивает каждое полушарие, представлена в таб. №1

**Таблица №1**

|  |  |
| --- | --- |
| **Левое полушарие** | **Правое полушарие** |
| * музыкальные и художественные способности; * ориентацию в пространстве; * способность понимать метафоры; * обработку большого количества информации одновременно, интуицию; * воображение; * отвечает за левую половину тела. | * логическое мышление, память; * абстрактное, аналитическое мышление; * обработку вербальной информации; * анализ информации, делает вывод; * отвечает за правую половину тела. |

Отсюда вытекает вывод, что синхронная работа двух полушарий необходима для улучшения всех мозговых процессов, успеваемости, развития двигательных навыков и всех других когнитивных процессов высшего порядка.

В случае,  если межполушарное взаимодействие не сформировано,  происходит неправильная обработка информации, и у ребёнка возникают сложности в обучении (проблемы в письме, устной речи, запоминании, счёте, как в письменном, так и в устном, а так же в целом восприятии учебной информации).

Для развития межполушарного взаимодействия существует множество разных вариантов игр и упражнений. В данной статье предложен один из вариантов развития левого и правого полушария головного мозга с помощью балансировочной доски Бильгоу.

Прежде всего, следует сказать, что систематическое выполнение представленных упражнений на балансировочной доске положительным образом сказывается на детях с нарушением внимания, гиперактивностью, поведенческими расстройствами, нарушением осанки, нарушениями работы вестибулярного аппарата, проблемами с обучением, нарушениями речи, детям с ММД, ЗРР, ЗПР, СДВГ, детям с аутистическим спектром.

Но при этом, существует ряд противопоказаний, по каким использовать данное пособие не рекомендуется. К ним относятся различные формы эпилепсии и повышенной судорожной готовности головного мозга в случае, если выполнение каких-либо упражнений с применением данного комплекса провоцирует приступы эпилепсии и/или провоцирует развитие заболевания. Также балансировочный комплекс не используется при органических поражениях головного мозга, психических и нервных заболеваниях, если упражнения с применением данного тренажера приводит к ухудшению состояния ребёнка.

Перед тем, как приступить к занятиям, необходимо убедиться, что ребёнок довольно устойчиво стоит на доске, не испытывает чувство страха и тревоги. Правильным считается выполнения задания, если ребёнок удерживает устойчивость и равновесие и одновременно правильно выполняет задание педагога.

Данные упражнения представлены в трёх комплексах, каждый из которых следует выполнять 3 недели. Между комплексами используется неделя отдыха. Выполнять упражнения лучше каждый день, примерно по 5-10 минут (в зависимости от возраста и особенностей ребёнка). В начале занятий упражнения выполняются в медленном темпе, затем ускоряются. Комплексы развивающих упражнений для развития межполушарного взаимодействия представлены в таблице №2.

**Комплексы упражнений для развития межполушарного взаимодействия**

**Таблица №2**

|  |  |
| --- | --- |
| **Комплекс упражнений**  **№1** | **Упражнение №1 «Колечки»**  Поочередно перебирать пальцы рук, соединяя с большим пальцем последовательно указательный, средний и т. д. Упражнение выполняется в прямом (от указательного пальца к мизинцу) и в обратном порядке (от мизинца к указательному пальцу). Вначале упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе.  **Упражнение №2 «Лезгинка»**  Ребенок складывает левую руку в кулак, большой палец отставляет в сторону, кулак разворачивает пальцами к себе. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикасается к мизинцу левой. После этого одновременно меняет положение правой и левой рук (шесть-восемь раз). Необходимо добиваться высокой скорости смены положений.  **Упражнение №3 «Замок»**  Скрестить руки ладонями друг к другу, сцепить пальцы в замок, развернуть руки к себе. Двигать пальцем, который укажет взрослый, точно и четко. Нежелательны движения соседних пальцев. Прикасаться к пальцу нельзя. В упражнении последовательно должны участвовать все пальцы обеих рук. |
| **Комплекс упражнений**  **№2** | **Упражнение №1 «Дом-ёжик-замок»**  «Дом» – пальцы рук соединить под углом, большие пальцы соединить.  «Ёжик» – поставить ладони под углом друг к другу. Расположить пальцы одной руки между пальцами другой.  «Замок» – ладони прижать друг к другу, пальцы переплести.  **Упражнение №2 «Флажок-рыбка-лодочка»**  Ладонь ребром, большой палец вытянут.  Я в руке флажок держу  И ребятам им машу.  Рыбка  Пальцы вытянуты и прижаты друг к другу. Указательный палец опирается на большой палец.  Лодочка  Обе ладони поставлены на ребро и соединены «ковшиком», большие пальцы прижаты к ладони.  **Упражнение №3 «Ножницы-собака-лошадка»**  Ножницы  Указательный и средний пальцы вытянуть в сторону, мизинец и безымянный прижать к ладони большим пальцем.  Собака  Ладонь поставить на ребро, большой палец выпрямить и поднять вверх. Остальные пальцы сомкнуть. Указательный палец согнуть.  У собаки острый носик,  Есть и шейка, есть и хвостик.  Лошадка  Большой палец правой руки поднять вверх, сверху обхватить эту ладонь другой ладонью под углом, образуя пальцами гриву. Большой палец левой руки поднять вверх. |
| **Комплекс упражнений**  **№3** | **Упражнение №1 «Ухо—нос»**   Левой рукой возьмитесь за кончик носа, а правой рукой — за противоположное ухо. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши, поменяйте положение рук «с точностью до наоборот».  **Упражнение №2. «Змейка»**  Скрестите руки ладонями друг к другу, сцепите пальцы в замок, выверните руки к себе. Двигайте пальцем, который укажет ведущий. Палец должен двигаться точно и четко. Прикасаться к пальцу нельзя. Последовательно в упражнении должны участвовать все пальцы обеих рук.  **Упражнение №3 «Горизонтальная восьмерка»**   Вытянуть перед собой правую руку на уровне глаз, пальцы сжать в кулак, оставив средний и указательный пальцы вытянутыми. Нарисовать в воздухе горизонтальную восьмерку как можно большего размера. Рисовать начинать с центра и следить глазами за кончиками пальцев, не поворачивая головы. Затем подключить язык, т.е. одновременно с глазами следить за движением пальцев, хорошо выдвинутым изо рта языком. |

После завершения курса занятий в общем развитии ребёнка можно увидеть следующие изменения: улучшение у ребёнка понимания, внимания, поведения; улучшение зрительно-моторной координации; улучшение мануальных и графо-моторных функций; повышение общего уровня интеллекта; быстрое развитие когнитивной сферы (памяти, речи, восприятия, мышления).

Список литературы и источников:

1. Измайлова А.Х. Возможности применения комплекса LBK (BALAMETRICS) в коррекционно-развивающей работе с детьми. Изд. 2-е, дополненное.-: 2018.
2. Основы применения программы мозжечковой стимуляции с использованием балансировочного комплекса. Рекомендации для специалистов-педагогов широкого профиля. Новоуральск-2000.
3. Интернет-ресурсы:

<https://nsportal.rи>

<https://www.maam.ru/>

<https://moluch.ru/>