

Почему ребенок "зеркалит" и как этого избежать...

Для начала необходимо исключить такое серьезное нарушение, как **дисграфия** или другие неврологические проблемы. Если нет никаких отклонений, то почему же «зеркалит»?

Наиболее точный и правильный ответ – **потому что у ребенка дошкольного возраста еще не сформирована зрелая связь между полушариями головного мозга.** Для того, чтобы понять о чем речь необходимо обратиться к нейрологии. А именно к межполушарной асимметрии. Еще со школы нам известен тот факт, что **правое и левое полушария головного мозга у человека имеют разные функции, они управляют разными видами деятельности.** От того какое полушарие наиболее развито у человека (в силу ли врожденных свойств, в силу ли воспитания), зависит его индивидуальность, особенности его восприятия.

Специализация полушарий мозга:

ЛЕВОЕ ПОЛУШАРИЕ:

речь;
словесный слух;
абстрактное (понятия);
способность к анализу, детализирование;
выстраивание алгоритмов;
оперирование деталями, фактами, символами.

ПРАВОЕ ПОЛУШАРИЕ:

интонационная выразительность;
образное слуховое восприятие;
творческие возможности;
интуиция;
способность к адаптации.



Считается, что к моменту рождения ребенка **правое полушарие** мозга ребенка **больше** по отношению к левому. Утверждается даже, что до 9 -10 лет ребенок является существом «правополушарным». Созревание правого полушария осуществляется более быстрыми темпами, и поэтому в ранний период развития его вклад в обеспечение психологического функционирования превышает вклад левого полушария. Действительно, для маленьких детей характерна непроизвольность, невысокая осознанность поведения, они очень эмоциональны, их познавательная деятельность имеет более непосредственный, целостный и образный характер.

Существенные изменения в межполушарном взаимодействии отмечаются к 6 -7 годам, т.е. к началу школьного обучения. С нарастанием активности левого полушария происходит появление сложных понятий, развитие абстрактного мышления, умения считать и писать. Дети, у которых дольше сохраняется правополушарная специализация мозга не так хорошо пишут, пропускают буквы, не дописывают слова, им тяжело дается таблица умножения. И такие дети часто «зеркалят» в письме.

Нормальная психическая деятельность предполагает совместную работу обоих полушарий головного мозга. Т.е. между полушариями должны сформироваться стойкие нейронные связи, передающие информацию. Это сложный и поэтапный процесс. У дошкольника эти связи еще очень тонкие. Их нельзя перегружать (раннее чтение и письмо, математика), но им можно помочь развиться. Т.о. ребенок приходит в этот мир изначально «правополушарным», по мере взросления левое полушарие тоже начинает развиваться, образуя связи с правым полушарием. Эти связи сначала очень слабые, это сказывается на таких умениях малыша, как письмо, чтение, счет, симметричные движения руками и ногами... из-за этих слабых связей многие малыши (если они еще и левши) «зеркалят» буквы и цифры в письме.

Если вы заметили такое у вашего ребенка, **не паникуйте, все нормально.** Просто постоянно, **спокойно указывайте на ошибки, просите исправить.** Кроме того **помогите развить и укрепить межполушарные связи.**

Для этого существуют разные упражнения. делайте их с ребенком по несколько раз в день (просто так или как физкультминутки во время занятий), сначала правой рукой, потом левой и, наконец, обеими руками вместе.

Упражнение: "Кулак-ребро-ладонь"



Ладонь, скатая в кулак



Ладонь ребром



Расправленная ладонь

Упражнение: "Тыч-кураца-петух"



Тыч.
Ладонь согнуть под прямым углом. Пальцы вытянуть и прижать друг к другу. Указательный пальцы согнуть и опираться на большой.

Кураца.
Ладонь полностью согнуть. Указательный палец опираться на большой. Остальные пальцы выставляются друг на друга в вертикальном положении.



Петух.
Ладонь открыта вперед. Указательный палец опираться на большой. Остальные пальцы растопырены в сторону и подняты вверх - это "ребрышки".



Упражнение: "Зайчик-коза-валка"



Зайчик - указательный и средний пальцы вытянуть вверх, мизинец и безымянный прижать к ладони большим пальцем.

Коза
Указательный палец и мизинец выпрямить. Средний и безымянный - прижать большим пальцем к ладони.



Валка
Указательный, средний и безымянный пальцы вытянуть вверх, расставлены врозь и выпрямлены. Большой палец прижимает мизинец к ладони.

Упражнение: "Фонарики"



Фонарики зажглись.
Пальцы выпрямить

Поочередно

Фонарик погас

Фонарик зажглся



Пальцы одной руки сжаты



Пальцы другой руки выпрямлены

Упражнение: "Зайчик-колечко-цепочка"



Упражнение: "Колечко"



Поочередно и как можно быстрее перебирать пальцы рук, соединяя кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний, безымянный мизинец. Упражнение выполняется в прямом порядке - от указательного пальца к мизинцу и в обратном - от мизинца к указательному пальцу. В начале движения выполняется поочередно каждой рукой, затем дуга одновременно.

Упражнение: "Дом-сжик-замок"



Дом.
Пальцы рук соединить под углом,
большие пальцы соединить.

Сжик.
Поставить ладони под углом
друг к другу. Разложить
пальцы одной руки между
пальцами другой.



Замок.
Ладони прижать друг к другу.
Пальцы переплести.



Упражнение: "Ножницы-собака-лошадка"



Собака.
Ладонь выставить на ребро, большой
палец выпрямить и поднять вверх.
Остальные пальцы согнуть.
Указательный палец согнуть.



Лошадка.
Большой палец правой руки
поднять вверх сверху обхватить
эту ладонь другой ладонью под
углом, образуя пальцами грани.
Большой палец левой руки
поднять вверх.

Упражнение: "Флажок-рыбка-лодочка"



Флажок
Ладонь ребром, большой палец вытянут.



Рыбка
Пальцы вытянуты и прижаты друг другу.
Указательный палец опирается на большой палец.



Лодочка.
Обе ладони поставлены на ребро и соединены
"ковшиком", большие пальцы прижаты к ладони.

Также можно выполнять следующие упражнения:

«Зеркальное рисование»

На листе белой бумаги, взяв в обе руки карандаши или фломастеры, предлагаем ребенку рисовать одновременно обеими руками симметричные рисунки, цифры, буквы. Рекомендуется при выполнении этого упражнения использовать спокойную музыку.

«Перекрестные движения»

Выполняйте перекрестные координированные движения одновременно правой рукой и левой ногой (вперед в сторону, назад). Затем сделайте тоже самое правой ногой и левой рукой.

«Горизонтальная восьмерка»

Нарисуйте в воздухе в горизонтальной плоскости цифре восемь три раза. Сначала правой рукой, затем левой, и наконец, обеими руками вместе.

Упражнения для развития межполушарного взаимодействия улучшают мыслительную деятельность, синхронизируют работу полушарий, способствуют улучшению запоминания, повышают устойчивость внимания, облегчают процесс письма.

«Уши».

Расправить и растянуть внешний край каждого уха одноименной рукой в направлении вверх - наружу от верхней части к мочке уха (5 раз). Помассировать ушную раковину.

«Колечко»

Поочередно и как можно быстрее перебирать пальцы рук, соединяя кольцо с большим пальцем указательный, средний и т.д.; в обратном порядке – от мизинца к указательному пальцу.

«Кулак-ребро-ладонь»

Ребенку показывают три положения ладони на плоскости стола, последовательно сменяющие друг друга: ладонь, сжатая в кулак, - ладонь ребром – выпрямленная ладонь. Упражнение выполняют сначала правой рукой, потом левой, затем двумя руками.

«Лезгинка»

Ребенок сжимает левую руку в кулак, большой палец отставляют в сторону, кулак разворачивает пальцами к себе. Ладонью правой руки прикоснуться к мизинцу левой. Менять положение правой и левой рук, добиваясь высокой скорости смены положений (6-8 раз).

«Лягушка»

Положить руки на стол: одна сжата в кулак, ладонь другой лежит на плоскости стола. Менять положение рук.

«Замок»

Скрестить руки ладонями друг к другу, сцепить в замок. Двигать пальцем, который укажет взрослый, точно и четко. Нежелательны движения соседних пальцев. Прикасаться к пальцу нельзя. В упражнении должны участвовать все пальцы на обеих руках.

«Ухо –нос»

Взяться левой рукой за кончик носа, правой – за противоположное ухо. Одновременно отпустить руки, хлопнуть в ладоши, поменять положение рук.

«Симметрические рисунки»

Рисовать в воздухе обеими руками линии, геометрические фигуры, цифры, буквы, слова и т.д. (20-30 сек.)

Упражнения для развития правого полушария.

В результате выполнения упражнений развиваются творческие способности на основе нагляднообразного мышления, стабилизируется психика, развивается интуиция.

Встать прямо, глаза закрыть, пальцы левой руки лежат на животе (5 см ниже пупка), кончиками пальцев правой руки разминать копчик, представляя красный шар. Затем левая рука на копчике, правая растирает живот, представляя оранжевый шар.

Левая рука лежит в области пупка, правая рука в области сердца. Сильно натирать грудь, представляя зеленый шар.

Левая рука на животе. Указательный палец правой руки находится над губой,

а средний палец – под губами, открыть рот и растереть область губ.

Левая рука - на животе, правая чуть выше межбровья массирует эту область, представляя голубой шар.

Сделать вдох левой ноздрей (правая закрыта снизу большим пальцем правой руки), а выдох через правую, таким же образом левую закрыв ноздрю левой рукой (3 раза). При вдохе представлять серебристый цвет, при выдохе золотой.

Сесть на край стула, спина прямая, положить голень правой ноги на колено левой, правую руку положить на щиколотку согнутой ноги ладонью вверх, на нее также положить левую руку. Посидеть спокойно 30с. Затем тоже сделать с другой ногой.

Каждое упражнение выполняется 15 - 20 с, затем время выполнения увеличивается до 30с.

Закрывать глаза, массировать зоны соединения верхних и нижних коренных зубов указательными и средними пальцами одновременно с обеих сторон, затем сделать движение зевотой.

Встать, держась руками за спинку стула, одну ногу выставить вперед, делать выпады на колено выставленной вперед ноги. Нога, расположенная сзади должна быть прямой. Корпус держать прямо. Повторить тоже с другой ноги.

Сесть на стул или на пол, на мягкую поверхность, руками держаться за сиденье стула или положить их ладонями вниз на пол. Поднять ноги вместе. Делать ими круговые движения по 4 раза в каждую сторону.

Сесть, вытянув ноги и скрестить их. Кисти рук развернуть ладонями в стороны и переплести пальцы в замок на уровне груди, удобно вывернув их. Расслабиться, закрыть глаза и глубоко подышать.

Каждое упражнение выполняется 15-30с.

Упражнения для развития левого полушария

В результате выполнения упражнений улучшается память, интеллектуальные возможности, преодолеваются математические трудности, активизируется работа головного мозга.

Оттянуть уши вперед, затем назад, медленно считая до 10.

Начинать с открытыми глазами, продолжать – с закрытыми (7 раз).

Одну минуту массировать щеки круговыми движениями пальцев. Потом двумя пальцами рисовать круги на подбородке и лбу, считая до 30.

Массировать верхние и нижние веки, не закрывая глаз 1 мин.

Массировать нос подушечками указательных пальцев, нажимая на кожу от основания ноздрей (20 раз).

Открыть рот и нижней челюстью делать резкие движения с лева на право, потом наоборот (10 раз).

Покачивание головой. Силой обхватить левое плечо правой рукой, головой медленно пересекать среднюю линию тела поворачивая налево, потом направо. Повторить тоже другой рукой.

Вращение шеи. Поворачивать голову медленно из стороны в сторону, дыхание свободное. Подбородок опущен как можно ниже, плечи расслаблены. Сначала повороты головы совершаются при поднятых плечах, затем - при опущенных. Вращать головой, не закрывая глаз, потом – закрывая их.

Сесть на стул, ноги вытянуть вперед, скрестить их. Делать наклоны вперед, доставая руками пальцы ног, наклонив голову вперед. Следить за дыханием: выдох при наклоне, вдох – при подъеме. Повторить 3 раза и изменить положение ног.

Перекрестный шаг. Делать попеременные перекрестные движения руками и ногами при ходьбе на месте, сначала прикасаясь руками противоположным ногам перед собой, затем за спиной. Можно вместо ходьбы делать таким же образом прыжки на месте.

Упражнение «Зеркальное рисование» Рисовать двумя руками геометрические фигуры. Сначала в воздухе, потом на бумаге. С младшими дошкольниками выполнение упражнений можно сопровождать рифмовками. Дети 5,5 — 7 лет увлечены процессом и усложнениями, тем, как качественно или не очень у них получается, рифмовки им не требуются.