**Рисование двумя руками: польза для интеллекта**

Рисование двумя руками – интереснейший творческий опыт, который можно попробовать в любом возрасте. Положительный эффект от таких упражнений заметен в успехах малыша, в повышении продуктивности у взрослого человека, в улучшении самочувствия у пожилых людей.

Удивительно, правда? Нестандартные техники творчества сейчас набирают популярность особенно в среде родителей. Специалисты, в том числе и я, успешно используют практику синхронного рисования для профилактики и коррекции нарушений речи и письма. С этими проблемами сталкивается все больше современных учеников начальных классов. Даже спустя несколько лет многие делают серьезные ошибки в чтении и письме. Например, дети путают или пропускают буквы. Знакомая ситуация?
Чтобы справиться или заранее предотвратить подобные нарушения, существует множество методик, которые активизируют умственную деятельность, в том числе, через движение. Интересно, как это работает?

Немного анатомии.

Рисование – не только творческий, но и моторный процесс. В науке давно известно, что тренировка пальцев рук напрямую связана с развитием речи и мышления. Всеми психическими функциями, в том числе и этими, управляет головной мозг. Давайте рассмотрим его строение.
Мозг человека разделяют на 3 основные части:

• большие полушария;

• мозжечок;

• ствол

Сейчас нас интересует, как работают полушария. Они выполняют разные функции, которые помогают приспосабливаться и изменять действительность. Левое полушарие считается логическим. Правое полушарие – интуитивным, творческим.

Кроме того, левая и правая доли связаны с координацией противоположных сторон тела. Так, если мы поднимаем правую руку или ногу, смотрим в калейдоскоп правым глазом или подносим телефон к правому уху, активируется левая половина мозга и наоборот.

Чтобы адекватно воспринимать внешний мир и успешно выполнять любые задачи – от ходьбы до доказательства сложных теорем, – необходима слаженность в работе полушарий. Она достигается за счет постоянного обмена информацией между долями. Такое сообщение ведется по системе нервных волокон. Чем их больше, тем точнее и эффективнее работает наш мозг.



Почему возникают трудности в обучении?

Если межполушарные связи блокируются по каким-либо причинам, происходит искажение в процессах познания и, следовательно, возникают сложности в учебе. Чаще всего они связаны с нарушениями в процессах чтения и письма.

Для формирования этих навыков необходима согласованность в движении рук, глаз, следящих за буквами и строчками, а также языка, проговаривающего слова при письме. Если такой согласованности нет, ребенок не может одновременно слушать, писать и видеть написанное. Появляются ошибки, плохие оценки, а вместе с ними пропадает мотивация учиться. Но это можно исправить! Главное, синхронизировать работу мозга.

И лучше всего сделать это творчески!

Рисование двумя руками – путь к успеху.

Одновременные движения обеих рук активируют сразу оба полушария. Создаются новые нейронные связи, а значит, процессы анализа и синтеза информации проходят быстрее. Как следствие, повышается умственная активность и работоспособность. Ученик лучше усваивает знания, проще осваивает навыки, успевает выполнять больше задач. О таком эффекте мечтает каждый преподаватель и родитель!

Одним из интересных способов развития межполушарных связей может стать рисование двумя руками.

Задача ребенка – одновременно проводить линии по пунктирным линиям. На первый взгляд – проще простого. Действительно, это так, если движение идет в одном направлении. Но попробуйте перемещаться в противоположные стороны! Возможно, мозг сначала будет сопротивляться. И только при регулярных упражнениях выработается необходимая пластичность.

Начинать такие упражнения лучше с самых простых элементов – полос, кругов. Когда обе руки будут уверено держать карандаш, можно переходить к созданию каких-либо образов – например, домиков, облаков, животных. На первых этапах лучше использовать фломастер, так как он легче движется по поверхности бумаги и оставляет более яркие следы. Для того, чтобы рисунок не сбивался, удобнее будет, если Вы будете придерживать края листа бумаги или закрепите его скотчем.

Все эти упражнения вызывают у дошкольников живой интерес. Вследствие этого не только налаживается работа высших психических функций, но и снимается тревожность, которая зачастую мешает ребенку справляться с заданиями.

Опыт рисования двумя руками полезен и взрослым, которым приходится держать в голове множество разноплановых задач и выполнять несколько дел одновременно на работе и дома.
Показывайте ребенку пример, пробуйте новое и открывайте безграничные возможности своего мозга!

Если Вы захотите поделиться своими работами и рисунками своих детей, а также впечатлениями от нового способа рисования, то можете отправлять фотографии в комментариях, это будет здорово!