

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. Многие слышали о невероятной пользе рисования двумя руками для интеллектуального развития и предлагают детям попробовать новую игру. Некоторые узнавали о подобных упражнениях из рекомендаций нейропсихологов.

Специалисты успешно используют практику синхронного рисования для профилактики и коррекции дислексии и дисграфии. 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!

Сейчас предлагается широкий выбор различных развивающих материалов. В магазинах можно найти:

- [прописи для обеих рук](#);
- [методическую литературу](#) с комплексами упражнений на развитие восприятия, внимания, памяти, сенсомоторной координации;
- [линейки](#) и [карточки для рисования двумя руками](#).

Согласитесь, это непривычный способ творчества. Он вызывает интерес, особенно у детей, которые часто пробуют писать не ведущей рукой из любопытства.

На деревянных досках или ламинированных трафаретах изображены простые фигуры, буквы или спирали. Задача ребенка – одновременно проводить линии по бороздкам или пунктиру. На первый взгляд – проще простого. Действительно, это так, если движение идет в одном направлении. Но попробуйте перемещаться в противоположные стороны! Возможно, ваш 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 уверенно держать карандаш, можно переходить к созданию каких-либо образов – например, домиков, облаков.



Новую практику можно совместить с рисованием песком. При таком способе изображения ребенок чаще всего не использует трафареты. Здесь активнее работают органы чувств и воображение.

Еще один вариант творческих экспериментов – зеркальные рисунки, когда ребенку предлагается перевернутая картинка, которую он должен воспроизвести в правильном положении.

Все эти игры вызывают у дошкольников и учеников начальных классов 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!