**Рисование двумя руками: улучшение межполушарного взаимодействия зон мозга.**

 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. Рисование – не только творческий, но и моторный процесс. Полушария головного мозга 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.

   Рисование двумя руками одновременно и поочередно, рисование неведущей рукой – все это способствует не только формированию художественных способностей, но и развитию межполушарных связей, пространственного мышления, мелкой моторики, расширению поля зрительного восприятия и способности к произвольному самоконтролю старших дошкольников.

 **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.

 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. 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**
Этот цикл упражнений состоит из симметричных рисунков, которые надо обводить одновременно двумя руками. Рисование одновременно двумя руками позволяет улучшить у ребенка память, внимание, пространственные представления, мелкую моторику, снижает утомляемость, повышает способность к произвольному контролю. Во время выполнения этих упражнений эффективно развивается межполушарное взаимодействие, которое является основой развития интеллекта. Кроме того, происходит тренировка периферического поля зрения, необходимого для быстрого чтения. При правильном выполнении этих упражнений расслабляются мышцы глаз, что способствует укреплению зрения ребенка.
 Рисовать надо карандашами или фломастерами. Для правильного выполнения задания надо стремиться фиксировать взгляд на центральной линии рисунка, стараясь боковым зрением охватить его целиком.

 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 мозга!