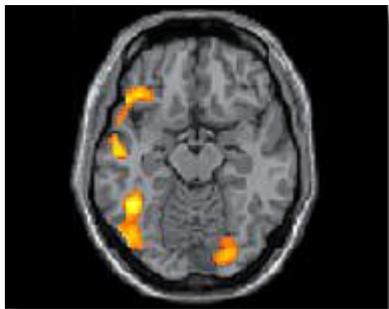


Чтение — сложнейшее упражнение для мозга. В этом его польза и это же причина трудностей в обучении чтению и письму...

2011/02/10



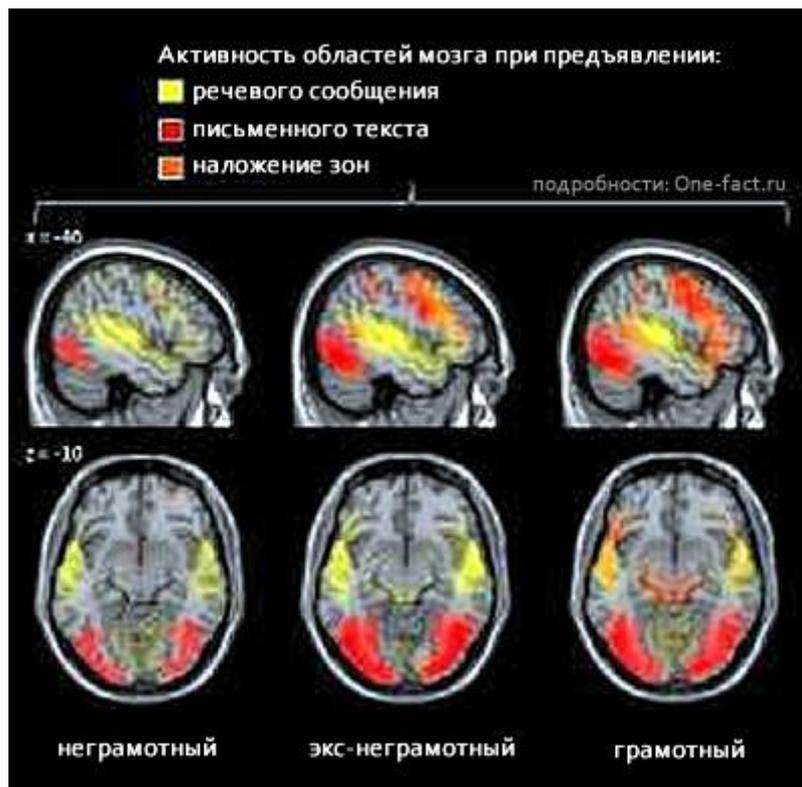
Человек научился читать 5 тыс. лет назад. Человеческий мозг же сформировался более 100 тыс. лет назад. То есть, с точки зрения эволюции, умение читать — явная надстройка над уже существующими структурами мозга. Это подтвердило новейшее МРТ-исследование: оказалось, что при чтении задействовано большинство высших зон мозга. А значит, чтение можно рассматривать как лучшее упражнение для поддержания мозга “в форме”...

Обучение чтению и письму рассматривалось всеми цивилизациями как ключевая ступень в интеллектуальном развитии человека, причем несмотря ни на какие трудности и временные затраты. Как оказалось, за подобным представлением стоит не только “внешняя” полезность чтения/письма, но и сам способ функционирования нашего мозга.

Мозг человека, умеющего читать, работает заметно более сложным образом, чем мозг неграмотного. Причем мозг человека, упражнявшегося в чтении в детстве, умеет лучше активировать все свои ресурсы, чем мозг человека, обучившегося грамоте, уже будучи взрослым.

Такие выводы можно сделать на основании исследования, которое провел коллектив ученых под руководством Станисласа Деэне (Stanislas Dehaene). С помощью ФМРТ (функциональной магнитно-резонансной томографии) они обследовали 63 добровольца из Португалии и Бразилии. Среди добровольцев **10** были неграмотными, **22** научились читать уже взрослыми, оставшиеся **31** прошли обычное обучение в детстве.

В ходе эксперимента добровольцам предъявляли различные тестовые задания, включавшие в себя распознавание предметов, лиц, устных сообщений, письменных предложений и математических задач.



Выяснилось, что у грамотного человека при распознавании текста значительно более интенсивно начинает работать зрительная зона коры головного мозга, активируются области, ответственные за обработку звуковой информации, и одновременно включаются несколько других мозговых центров.

Но не только это характеризует работу “грамотного мозга” — даже при восприятии только *устной* информации у грамотного человека начинает более интенсивно, чем у неграмотного, работать фонологическая область и включаются несколько других зон.

Особо интенсивно при чтении работают зоны в височной и затылочной доле коры *левого полушария* мозга (характерно, что многие из этих зон связаны с распознаванием лиц). Наиболее же важной для чтения оказалась область схождения затылочной и височных долей. Причем настолько, что эта область претерпела заметные изменения в т.ч. у тех, кто научился читать, будучи взрослым.

Данных о том, что конкуренция между чтением и другими видами деятельности снижает качество последних, пока нет (хотя результаты описываемого эксперимента и продемонстрировали, например, что у неграмотных добровольцев заметно интенсивнее начинает работать мозг при показе человеческого лица, чем у обучившихся чтению в детстве). Исследователи надеются выяснить этот вопрос в следующих экспериментах...

Итак, можно смело утверждать, что **чтение — одно из самых лучших упражнений, которое позволяет поддерживать в форме весь мозг.** Тем более это важно, учитывая, что такие конкуренты чтению как “развивающие”

компьютерные игры , показали себя как весьма сомнительные “тренажеры для ума”.

Особенно же упражнение мозга чтением должно быть актуально для людей, которым необходимо восстановить работу мозга *после тяжелых травм или инсульта*. Известно, что мозг очень гибкий орган, и если, например, у него повреждается один из “модулей”, то его функцию пытаются выполнять другие. И если человек продолжает интенсивно тренировать эту функцию, то она может восстановиться практически полностью. Получается, что обычное чтение здесь должно очень помочь...

Еще одно важное следствие из результатов исследования: ***трудности при обучению чтению и письму — естественны***. Если ребенок (а тем более взрослый) не может с легкостью освоить этот с виду обычный вид деятельности, то теперь следует помнить — то, что кажется элементарным внешне, на самом деле *одна из самых сложных задач, которую только решает мозг человека...*

Общий вывод: постоянное упражнение в чтении не только улучшает это самое чтение и, например, расширяет кругозор, но и повышает эффективность работы мозга практически во всех сферах деятельности

<http://one-fact.ru/1-human-fact/chtenie-slozhnejshee-uprazhnenie-dlya-mozga-prichina-trudnostej-v-obuchenii-chteniyu-i-pismu.html>