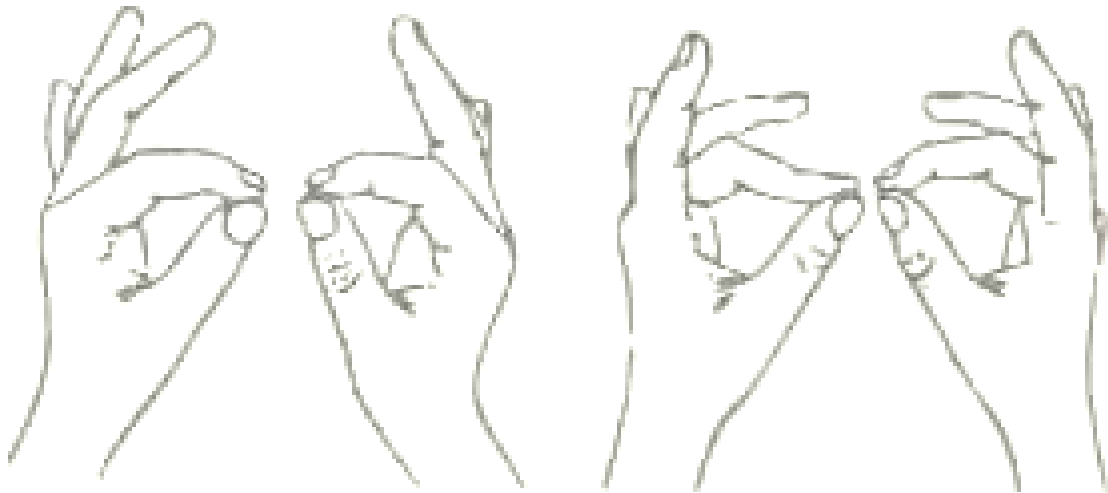


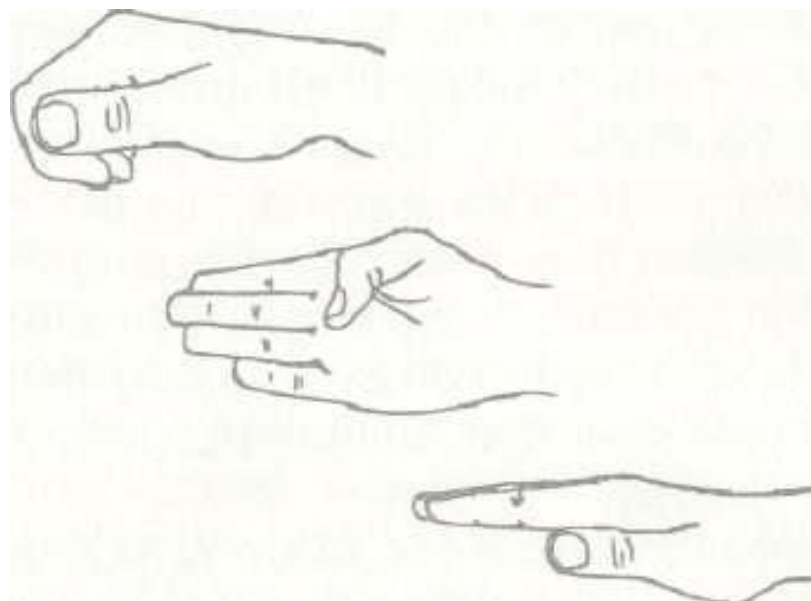
## **Упражнения для развития межполушарного взаимодействия (КИНЕЗИОЛОГИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ)**

Упражнения улучшают мыслительную деятельность, синхронизируют работу полушарий, повышают стрессоустойчивость, способствуют улучшению запоминания, устойчивости внимания, нормализуют процессы возбуждения/торможения/переключения с одного действия на другое, облегчают усвоения процессов чтения и письма.

**«Колечко».** Поочередно и как можно быстрее ребенок перебирает пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т.д. Упражнение выполняется в прямом (от указательного пальца к мизинцу) и в обратном (от мизинца к указательному пальцу) порядке. Вначале методика выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе.



• **«Кулак—ребро—ладонь».** Ребенку показывают три положения руки, последовательно сменяющих друг друга. Ладонь на плоскости, ладонь, сжатая в кулак, ладонь ребром, распрямленная ладонь на плоскости пола. Ребенок выполняет упражнение вместе с инструктором, затем по памяти в течение 8—10 повторений моторной программы. Упражнение выполняется сначала правой рукой, потом — левой, затем — двумя руками вместе. При затруднениях в выполнении инструктор предлагает ребенку помогать себе командами («кулак—ребро—ладонь»), произносимыми вслух или про себя. (после усвоения упражнения, команды можно менять спонтанно)



### **«Лезгинка».**

Ребенок складывает левую руку в кулак, большой палец отставляет в сторону, кулак разворачивает пальцами к себе. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикасается к мизинцу левой. После этого одновременно меняет положение правой и левой руки (6—8 смен позиций). Необходимо добиваться высокой скорости смены позиций.

### **«Ухо-нос».**

Левой рукой взяться за кончик носа, а правой — за противоположное ухо. Одновременно отпустить ухо и нос, хлопнуть в ладоши, поменять положение рук.

### **«Зеркальное рисование»**

Положить на стол чистый лист бумаги. Взять в обе руки по карандашу. Начать рисовать одновременно руками зеркально симметричные рисунки. Фигуры, буквы, цифры. При выполнении этого упражнения расслабляются глаза. Если рисовать в воздухе обеими руками.