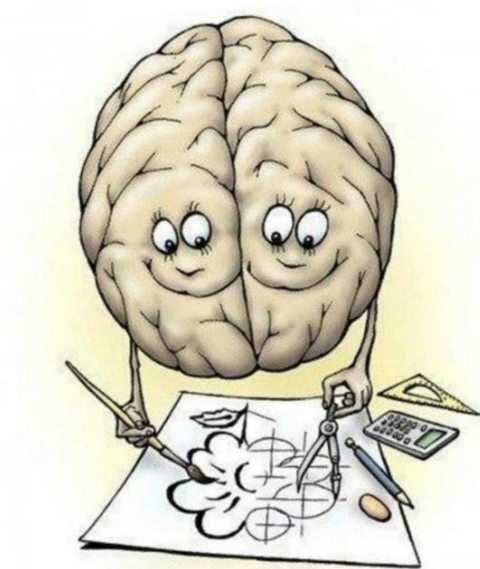


«Развитие межполушарного взаимодействия – основа интеллектуального развития ребенка»



Двигательная активность ребенка является залогом успешного развития его двигательных, координационных, психических и интеллектуальных функций.

Если Вы заметили, что у ребенка проблемы с памятью, повышенное утомление, рассеянное внимание, не сформирована речь, неусидчивость, отсутствует интерес к занятиям, трудности письма и чтения, тогда ему особенно будут полезны кинезиологические упражнения.

Кинезиология – наука о развитии умственных способностей и физического здоровья через определенные двигательные упражнения.

Проводить упражнения на развитие межполушарных связей необходимо в первой половине дня и длительность занятий не должна превышать 15 минут.

Для развития межполушарного взаимодействия используют следующие упражнения:

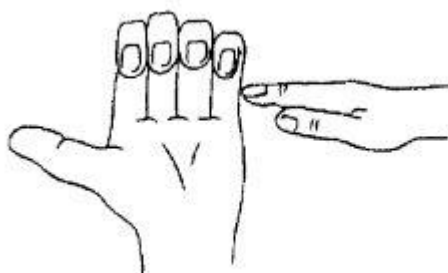
1. Колечко. Поочередно и как можно быстрее перебирайте пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т. д. Проба выполняется в прямом (от указательного пальца к мизинцу) и в обратном (от мизинца к указательному пальцу) порядке. В начале упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе.



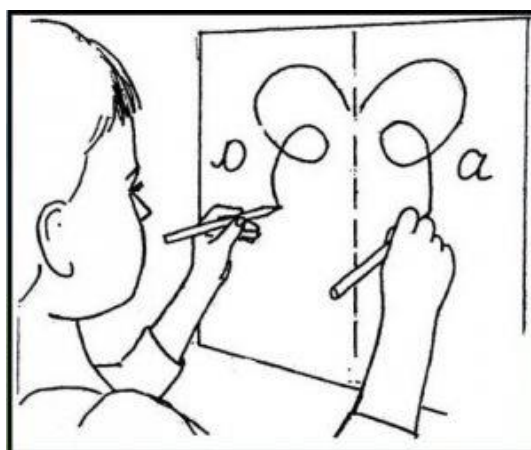
2. Кулак- ребро- ладонь. Три положения руки на плоскости стола, последовательно сменяют друг друга. Ладонь на плоскости, сжатая в кулак ладонь, ладонь ребром на плоскости стола, распрямленная ладонь на плоскости стола; Выполняется сначала правой рукой, потом — левой, затем — двумя руками вместе. Количество повторений — по 8-10 раз. При усвоении программы или при затруднениях в выполнении необходимо помогать командами «кулак-ребро-ладонь», произносясь ребенком вслух или про себя.



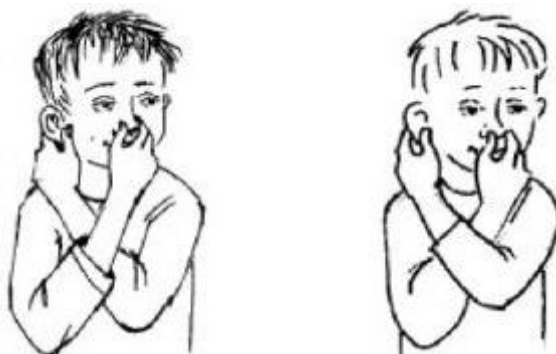
3. Лезгинка. Левую руку сложите в кулак, большой палец отставьте в сторону, кулак разверните пальцами к себе. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикоснитесь к мизинцу левой. После этого одновременно смените положение правой и левой рук. Повторите 6—8 раз. Добивайтесь высокой скорости смены положений.



4. «Симметричные рисунки» Дайте ребёнку фломастеры в обе руки и предложите нарисовать симметричные рисунки двумя руками. Не расстраивайтесь, если сразу не получится.



5. Ухо-нос. Левой рукой возьмитесь за кончик носа, а правой рукой — за противоположное ухо. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши, поменяйте положение рук «с точностью до наоборот».



6. «Час другой руки» Выберите определённый промежуток времени (10-20 минут) и договоритесь, что пока не зазвонит будильник, всё нужно делать левой рукой. Попробуйте и сами все действия выполнять неведущей рукой.

7. «Зеркало» Станьте напротив ребёнка и выполняйте любые движения руками или ногами, или одновременно и руками и ногами, подключайте голову, язык и т. д. Сделайте ребёнка своим отражением. Его задача – повторять ваши движения как в зеркале.

Когда деятельность обоих полушарий синхронизируется, заметно увеличится эффективность работы всего мозга.

Покажите ребёнку пример- выполняйте упражнения вместе с ним!

