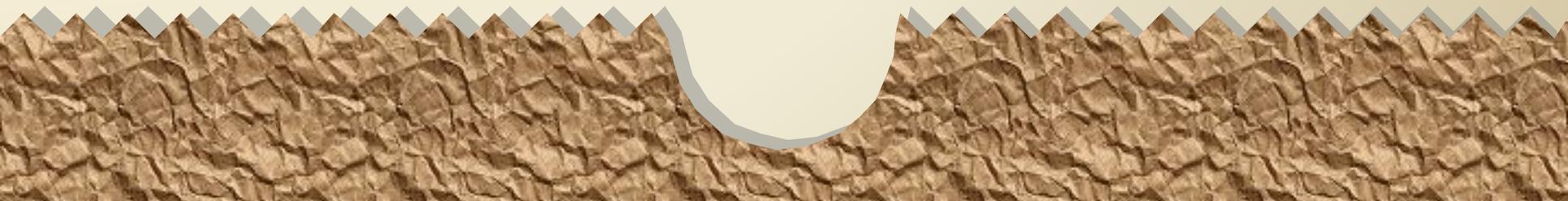


"Кинезиологические упражнения"



Кинезиологические упражнения – это комплекс движений позволяющих активизировать межполушарное воздействие.



ОСНОВНАЯ ЦЕЛЬ КИНЕЗИОЛОГИИ:

Развитие межполушарного воздействия, способствующее активизации мыслительной деятельности.

ЗАДАЧИ РАЗВИТИЯ МЕЖПОЛУШАРНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ:

синхронизация работы полушарий;

развитие мелкой моторики;

развитие способностей;

развитие памяти, внимания, речи;

развитие мышления.



Упражнение "Ухо - нос"

Левая рука - взяться за кончик носа, правая рука - взяться за правое ухо. По команде отпустить ухо-нос, хлопнуть в ладоши и поменять положение рук "с точностью наоборот".



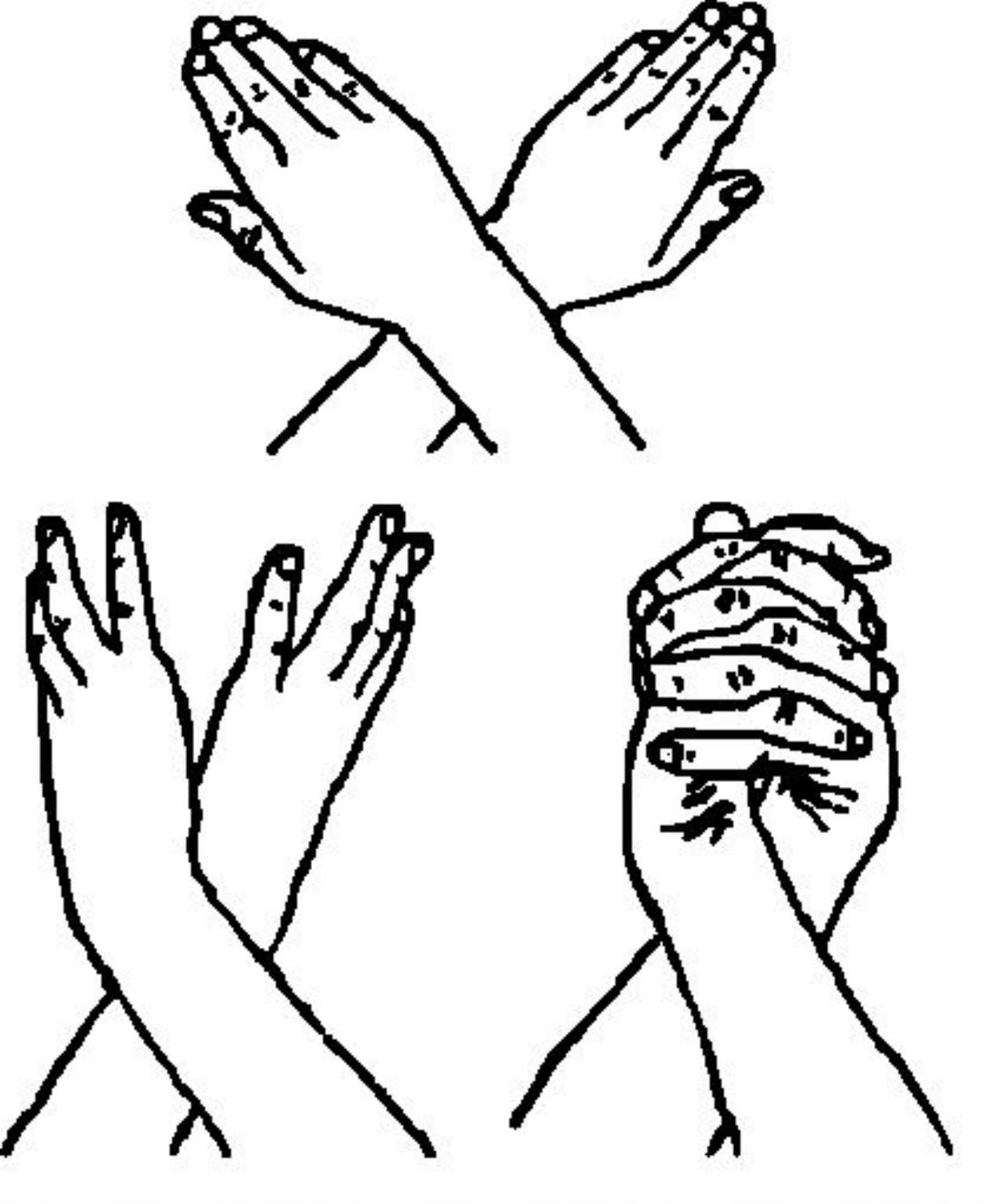
Упражнение "Змейка"

Скрестить руки ладонями друг к другу, сцепить пальцы в замок, вывернуть руки к себе.

1 вариант: ребенок с закрытыми глазами называет палец и руку, к которым прикоснулся педагог.

2 вариант: точно и четко двигать пальцем, который называет педагог. Следить, чтобы остальные пальцы в движении не участвовали.

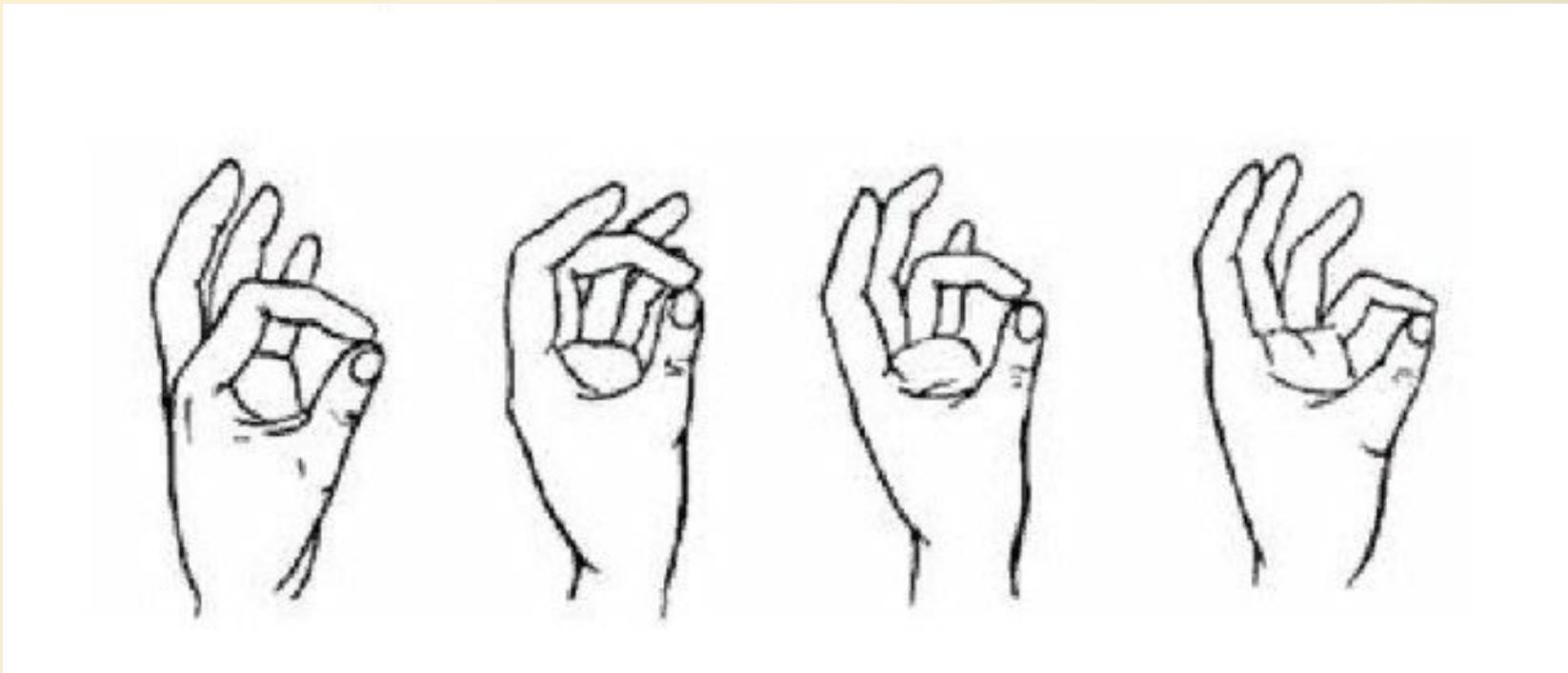




Колечко.

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



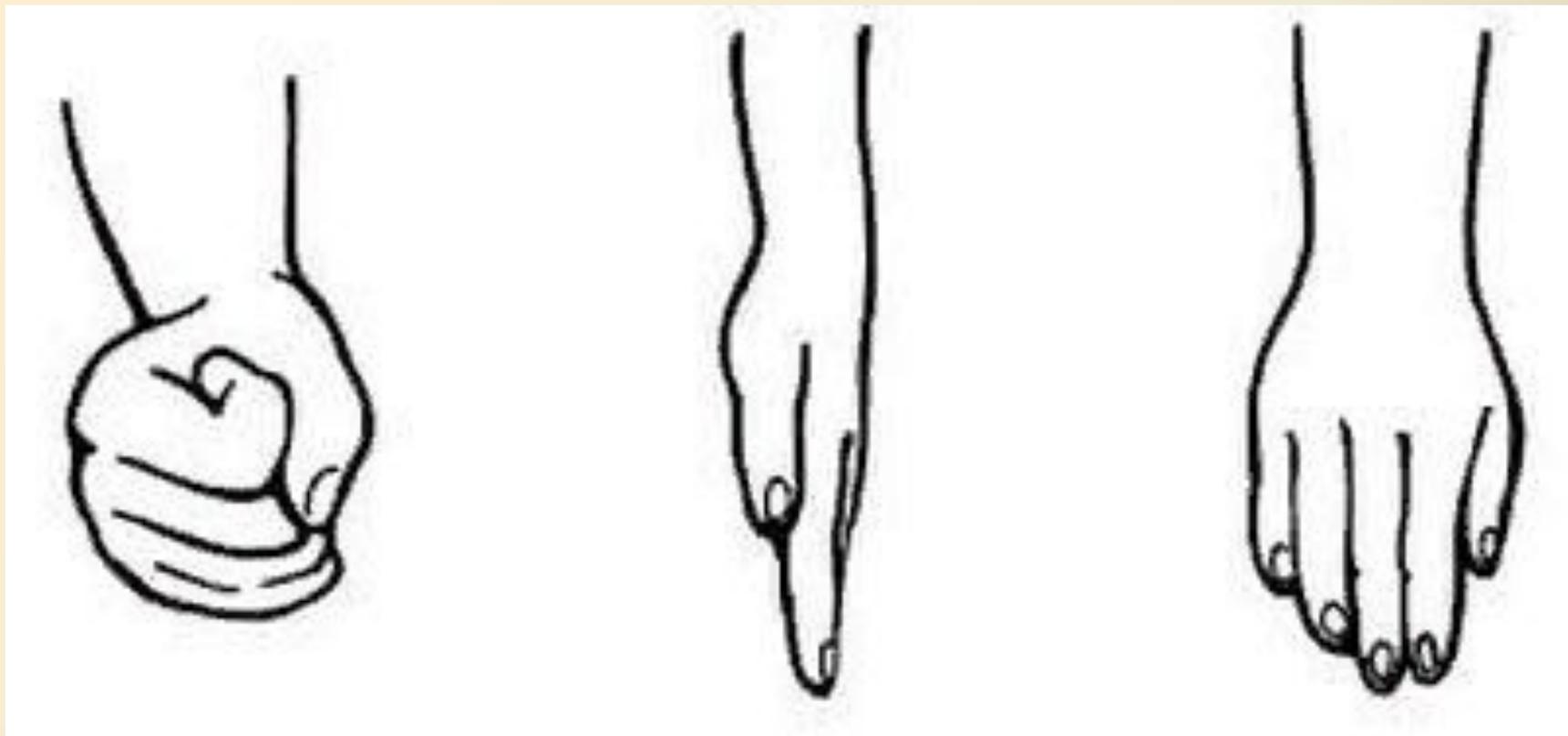


**Ожерелье мы составим,
маме мы его подарим.**

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 по 8-10 раз. Можно давать себе команды(кулак - ребро-ладонь)





Кулак

Ребро

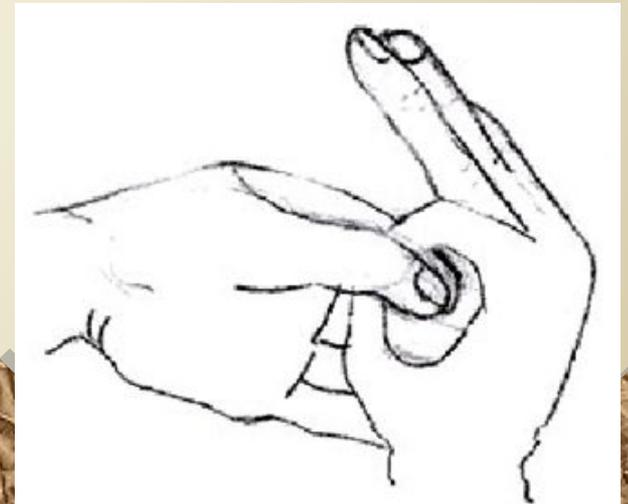
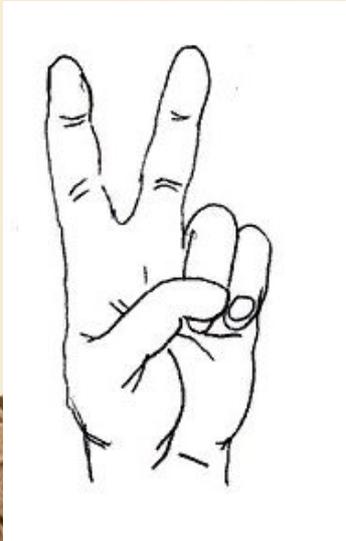
Ладонь

Зайчик-колечко-цепочка

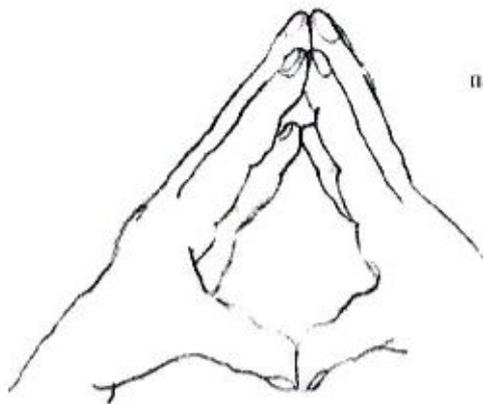
Зайчик: указательный и средний пальцы вытянуть вверх, мизинец и безымянный прижать к ладони большим пальцем.

Колечко: указательный и большой пальцы соединяются. Средний, безымянный, мизинец вытянуты вперед.

Цепочка: поочередно соединяем большой палец с указательным, со средним и т. д. и через них попеременно «пропускаем» «колечки» из пальчиков другой руки.



Дом-ёжик-замок



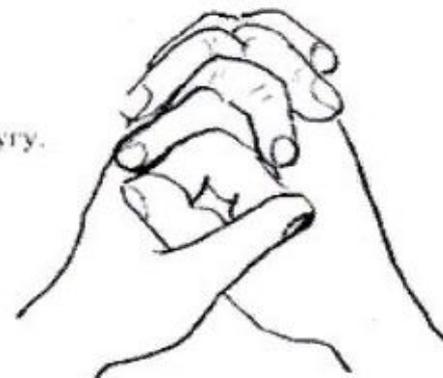
Дом.

пальцы рук соединить под углом,
большие пальцы соединить.



Ёжик.

Поставить ладони под углом
друг к другу. Расположить
пальцы одной руки между
пальцами другой.



Замок.

Ладони прижать друг к другу.
Пальцы переплести.

Лезгинка

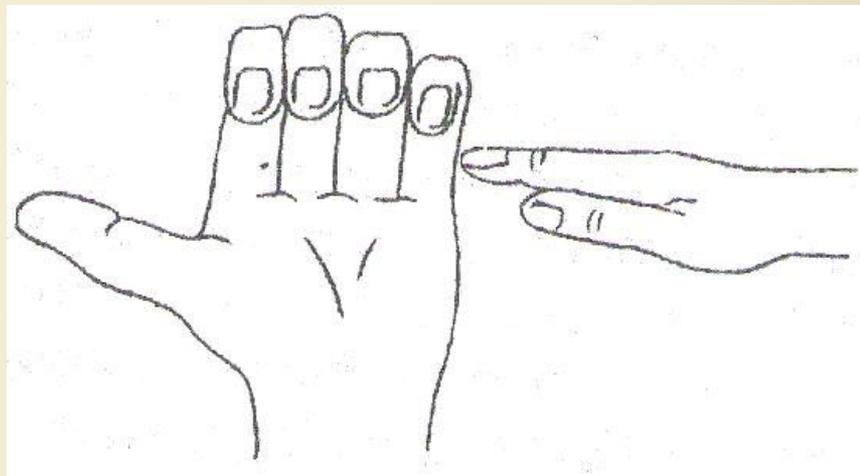
ЛЕЗГИНКА

Левую руку сложите в кулак, большой палец отставьте в сторону, кулак разверните пальцами к себе. Прямой ладонью правой руки, поставленной горизонтально прикоснитесь к мизинцу левой. После этого одновременно смените положение правой и левой руки.

Темп по мере усвоения увеличивается. Для усложнения при смене положения рук можно добавить хлопок.

Упражнение повторять 6-8 раз.

Проводить желательно под музыкальное сопровождение.



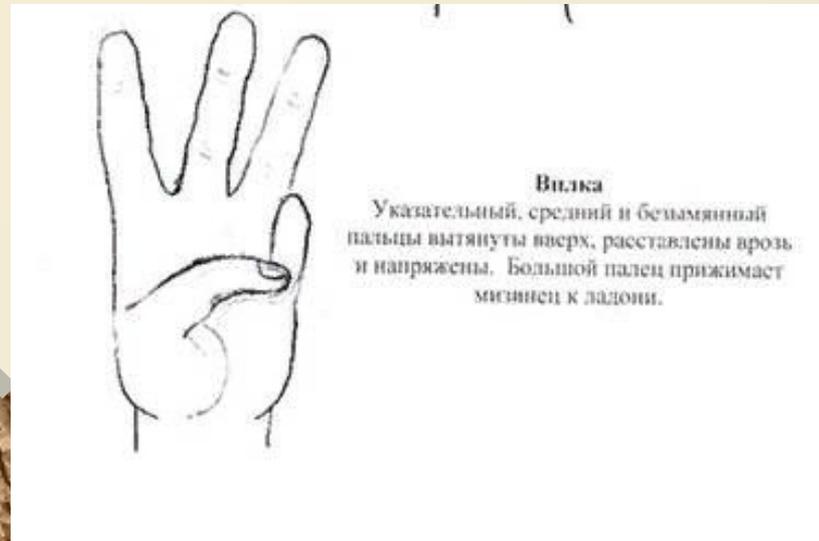
Заяц- коза- вилка



Зайчик - указательный и средний пальцы вытянуть вверх, мизинец и безымянный прижать к ладони большим пальцем.



Коза.
Указательный палец и мизинец выпрямить. Средний и безымянный - прижать большим пальцем к ладони.



Вилка
Указательный, средний и безымянный пальцы вытянуты вверх, расставлены врозь и напряжены. Большой палец прижимает мизинец к ладони.