

## *Уважаемые родители!*

Вашему вниманию предлагается материал, который поможет понять, как развитие моторики влияет на умственное развитие. Тема:



### *«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.



Для понимания влияния кинезиологических упражнений на мозг ребенка необходимо уточнить следующее понятие:

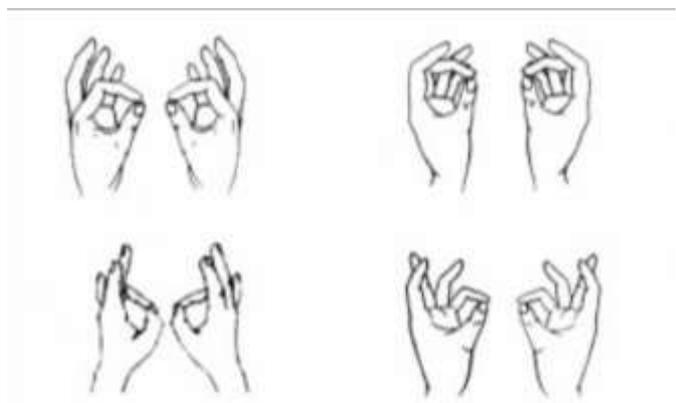
межполушарное взаимодействие – особый механизм объединения левого и правого полушарий мозга в единую, целостную систему.

Вашему вниманию предлагаются упражнения для развития межполушарного взаимодействия, которые, в свою очередь, улучшают процесс запоминания, мыслительную деятельность, повышают устойчивость внимания, синхронизируя работу полушарий головного мозга.

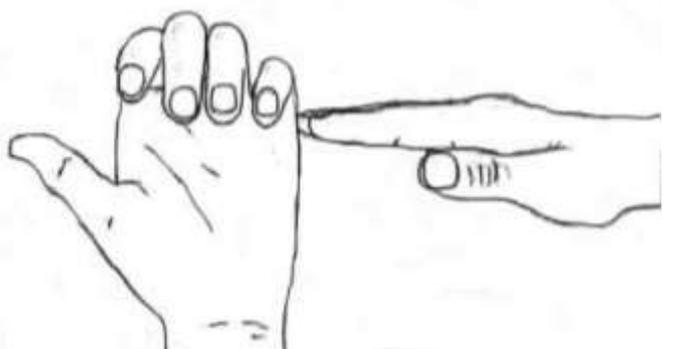
Комплекс упражнений необходимо выполнять ежедневно в течение 10-15 минут на протяжении 1,5-2 месяцев, стараясь как можно точно выполнить движения.

❖ «Лягушка». Положить руки на стол. Одна рука сжата в кулак, другая лежит на плоскости стола (ладошка). Одновременно и разнонаправлено менять положение рук.

❖ Колечко». Поочередно, как можно быстрее перебирайте пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т.д. Проба выполняется в прямом (от указательного к мизинцу) и в обратном порядке. Вначале упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем обеими вместе.



❖ 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 рук в течение 6-8 смен позиций. Необходимо добиваться высокой скорости смены положений.



❖ Кулак–ладонь–ребро». Ребенку показывается 3 положения ладони на столе, последовательно сменяющих друг друга: раскрытая ладонь на столе, ладонь, сжатая в кулак, ладонь ребром на столе. Сначала упражнение выполняется совместно с родителями: а) ладонью правой руки; б) ладонью левой руки; в) обеими ладонями одновременно. При этом меняем темп выполнения, то, убыстряя, то, замедляя его. Затем ребенок выполняет упражнение сам.

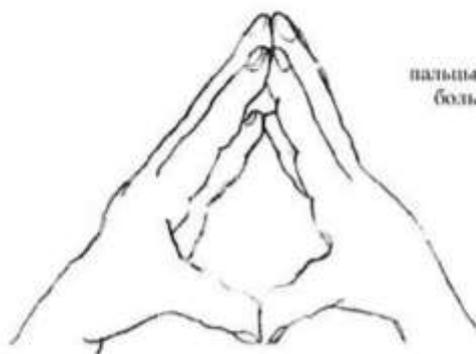
❖ «Замок». Скрестить руки ладонями друг к другу, сцепить пальцы в замок, вывернуть руки к себе. Двигать пальцем, который укажет родитель. Палец должен двигаться точно и четко. Нежелательны движения соседних пальцев. Прикасаться к пальцу нельзя. В упражнении должны участвовать все пальцы на обеих руках.

❖ «Ухо-нос». Взять левой рукой за кончик носа, правой за противоположное ухо. Одновременно отпустить руки, хлопнуть в ладоши, поменять положение рук «с точностью до наоборот».

❖ «Симметрические рисунки». Рисовать в воздухе обеими руками линии, геометрические фигуры, цифры, буквы, слова и т.д.

❖ «Перекрестные шаги». Координируем движения ребенка так, чтобы в такт движения руки одновременно двигалась противоположная нога. Локоть правой руки при ходьбе касается левого колена, локоть левой руки – правого.

Упражнение: "Дом -ежик-замок"



**Дом.**  
пальцы рук соединить под углом,  
большие пальцы соединить.

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



**Замок.**  
Ладони прижать друг к другу.  
Пальцы переплести.



Благодаря выполнению этих упражнений у ребенка улучшится память, внимание, пространственные представления и, как результат, повысится уровень интеллектуальных способностей и активизация работы головного мозга (правого и левого полушарий).

Материал подготовила учитель-дефектолог Князева В.Р.