



# Уважаемые взрослые!

Все мы хотим, чтобы наши дети легко учились, достигали больших успехов, реализовывали свои таланты в полной мере. Однако, когда начинается обучение, появляются неожиданные сложности. Почему один ребёнок без напряжения учится читать, писать и считать, а у другого, на то же самое, уходит много сил и времени. Разгадка тут не в особых талантах одного и не в надуманной «лени» другого.

При обучении человека работают определённые структуры мозга, которые развиваются неравномерно. Их состояние зависит от многих факторов, и если они не готовы, то обучение будет проходить напряжённо.

Представьте, что вы требуете бежать стометровку у ребёнка, который едва умеет ходить. Нереальная ситуация? Но от первоклассников иногда требуют столь же невозможного! Нужна тренировка навыков, ребёнок должен получить хорошо отлаженные инструменты, прежде чем начнет серьёзное обучение. Система нейропсихологических упражнений поможет в развитии межполушарного взаимодействия, зрительно-моторной координации, графомоторных навыков, копирования, умения управлять напряжением кисти руки, умения ориентироваться в пространстве.

## Как работать с тетрадью

Эта рабочая тетрадь сделана как «тренажёрный зал», а вы будете внимательным и доброжелательным тренером. Ни в коем случае не ругайте ребёнка за неровные линии, сейчас он только учится, и ему можно и нужно ошибаться.

1. Занимайтесь каждый день 5-15 минут. Если ребёнок САМ захочет повторять какое-то упражнение, то не ограничивайте его.

2. За один раз проходите одно занятие. Заканчивайте до того, как ребёнок устанет и начнет отвлекаться. Важно заниматься с удовольствием!

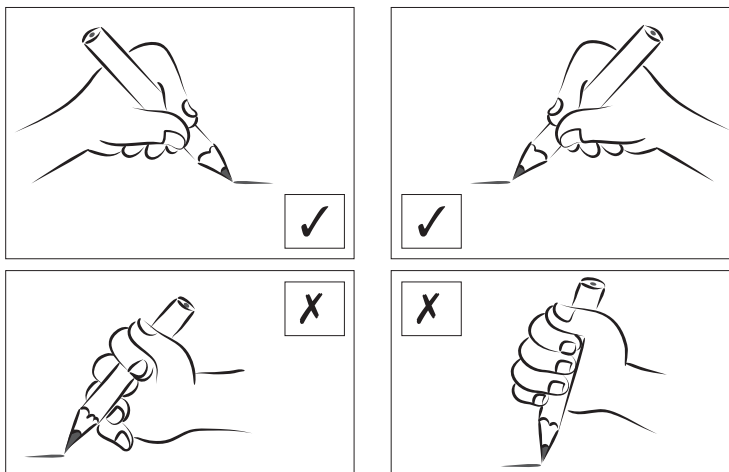
3. Не комментируйте работу ребёнка. Не кидайтесь на помощь. Если у малыша совсем не получается – это не страшно. Вернётесь к упражнению через некоторое время.

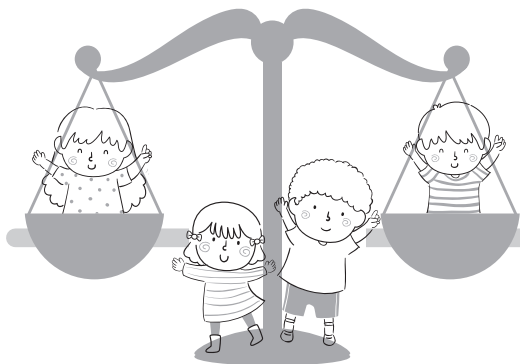
4. Выполняйте упражнения для рук и для глаз не только на занятии, но и в свободное время.

5. Попробуйте выполнять упражнения вместе с ребёнком. Тогда будет понятно, в чём у малыша трудности, да и занятия будут проходить веселее.

НО! Не сравнивайте ваши и детские результаты! Вы же старше.

## Как держать карандаш в правой и левой руке

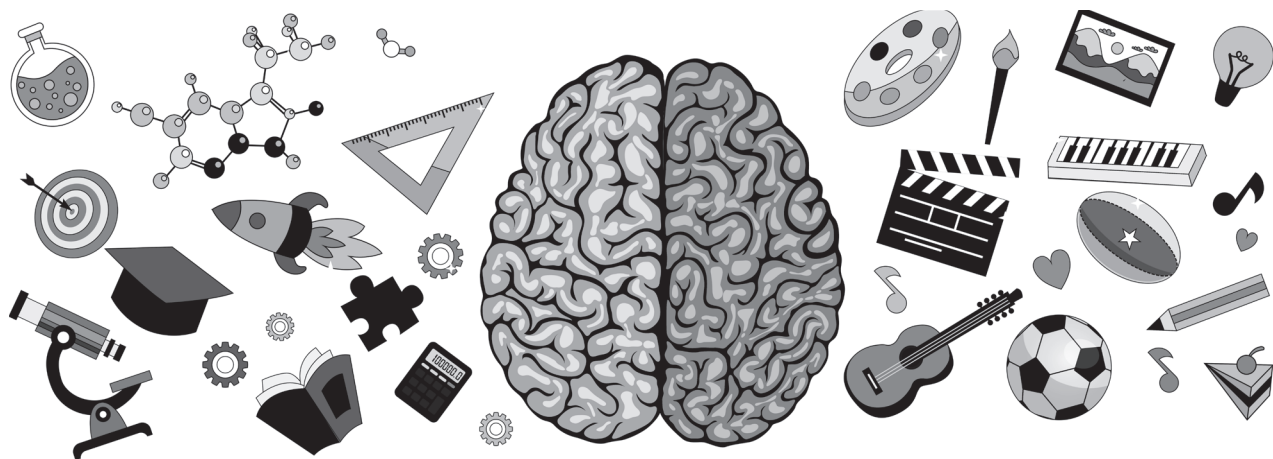




# МЕЖПОЛУШАРНОЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ

## Что это?

Мозг человека состоит из двух полушарий. Левое отвечает за речь, логику, математические способности и т.п. Правое – за восприятие информации на слух, планирование, креативность, образное мышление и т.п. Для эффективной работы мозга необходимо взаимодействие полушарий.



Левое полушарие

Правое полушарие

## Для чего?

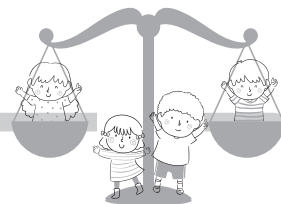
Если межполушарные связи развиты слабо, ребёнку сложно писать под диктовку и переписывать текст; трудно описывать ситуацию по картинке и оценивать эмоции других людей. Он может писать буквы в зеркальном отражении, сбивчиво и нечётко говорить, испытывать сложности в общении со сверстниками, затрудняться в понимании пословиц, поговорок, юмора. Очевидно, что развитые межполушарные связи – залог хорошей учёбы в школе и успеха в жизни.

## Как можно тренировать?

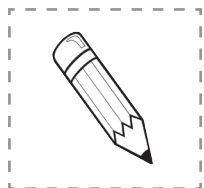
- пальчиковая гимнастика;
- артикуляционная гимнастика;
- кинезиологические упражнения (которые даны в данной тетради);
- игра на музыкальных инструментах;
- жонглирование.

**Игра 1.** Взрослый показывает движения, а ребёнок должен их повторить наоборот. Например, взрослый подпрыгивает – ребёнок приседает, взрослый поворачивается налево, а ребёнок направо, взрослый растрепывает волосы, а ребёнок – приглаживает и т.д.

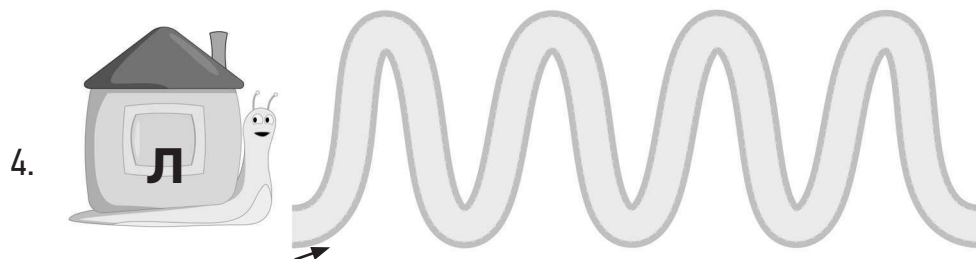
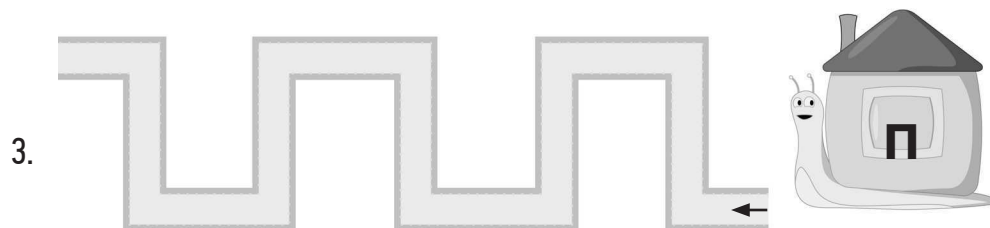
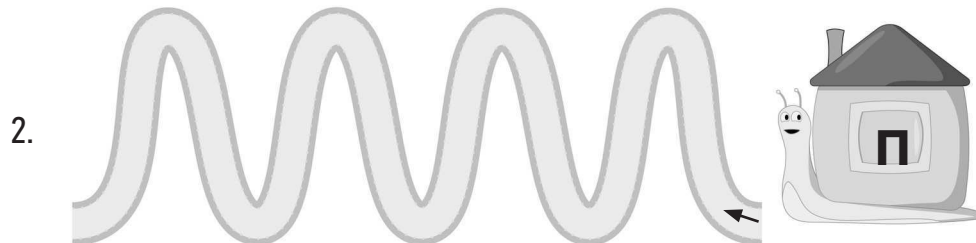
# МЕЖПОЛУШАРНОЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ



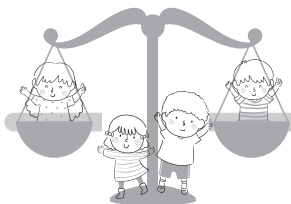
## Задание 1



Проведи линии по очереди левой и правой рукой. Сначала пальцем, потом карандашом. Л – левая рука, П – правая.

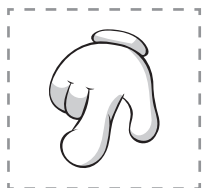


\*сцепи пальцы рук в замок;  
\*вращай большие пальцы один вокруг другого:  
- медленно от себя, быстро к себе  
- медленно к себе, быстро от себя

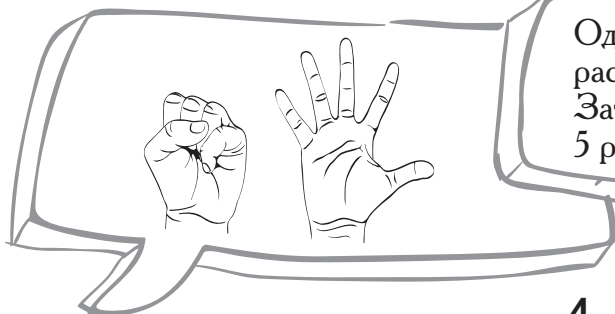
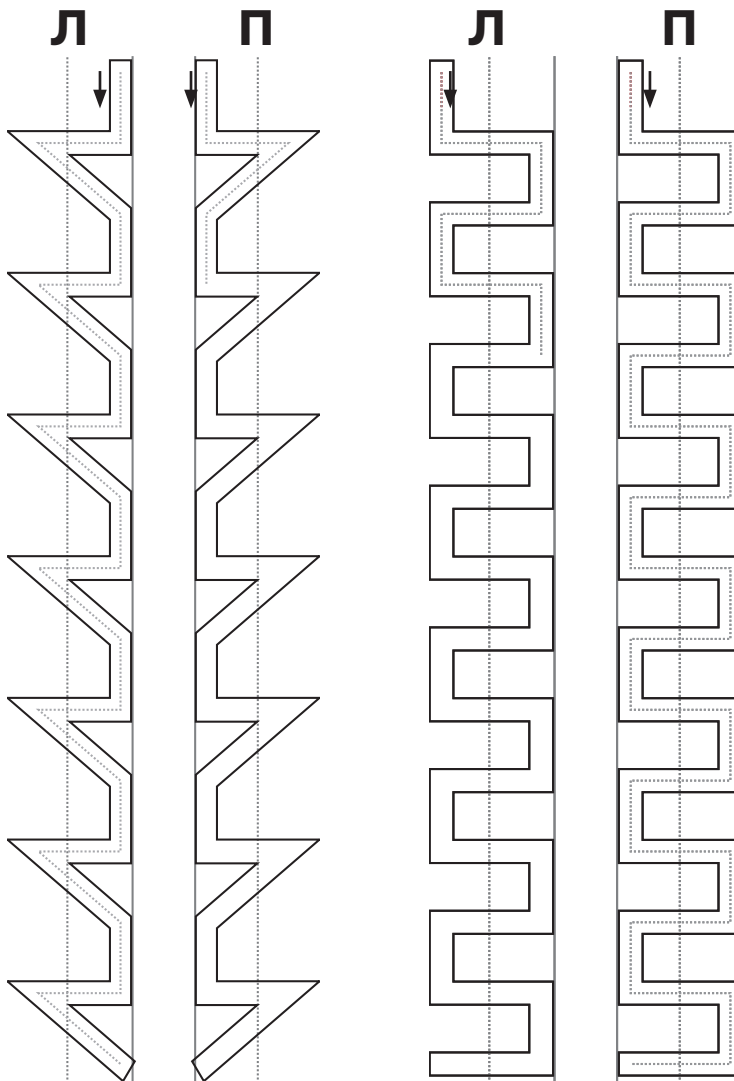


# МЕЖПОЛУШАРНОЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ

## Задание 2

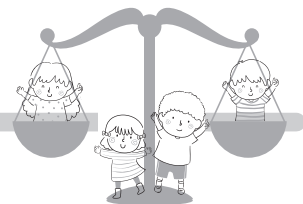


Возьми карандаши в обе руки. проводи линии по дорожкам одновременно двумя руками.

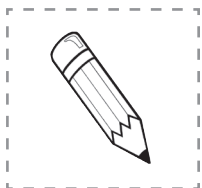


Одну руку сожми в кулак, а на второй расставь пальцы, напрягая мышцы. Затем быстро поменяй положение рук. 5 раз.

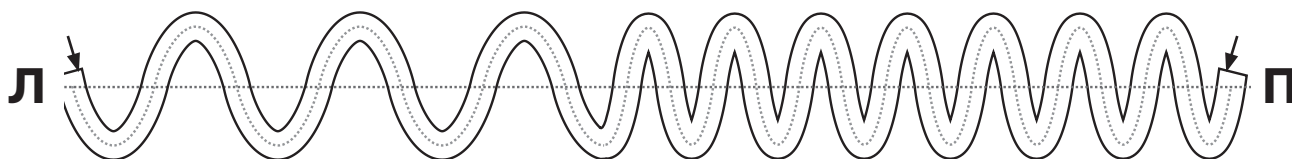
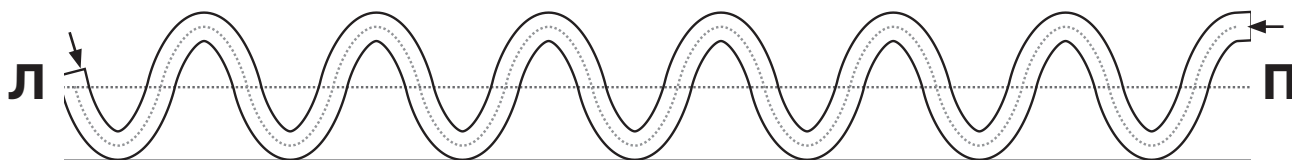
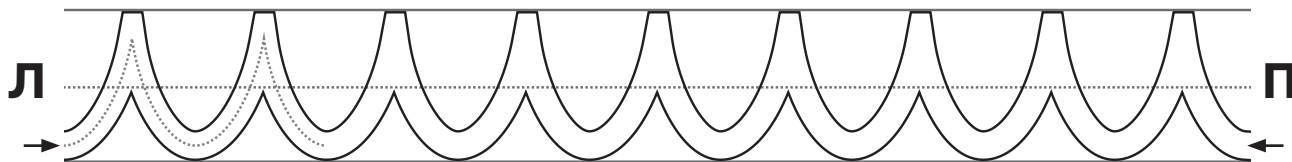
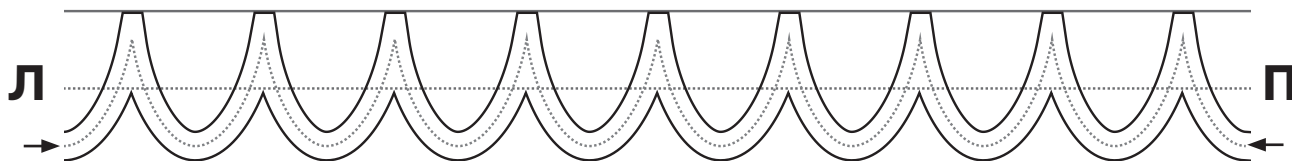
# МЕЖПОЛУШАРНОЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ



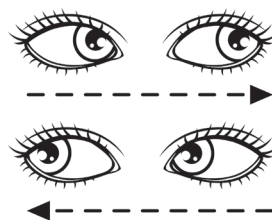
## Задание 3

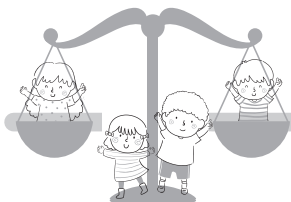


Возьми карандаши в обе руки. проводи линии по дорожкам одновременно двумя руками.



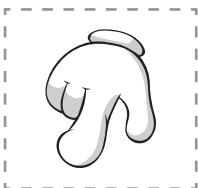
10 раз проводи указательным пальцем вправо-влево и проследи за ним глазами. Не двигай головой.





# МЕЖПОЛУШАРНОЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ

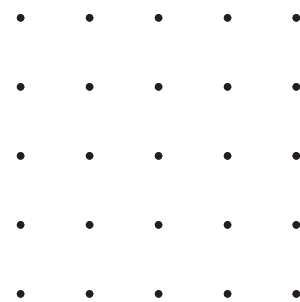
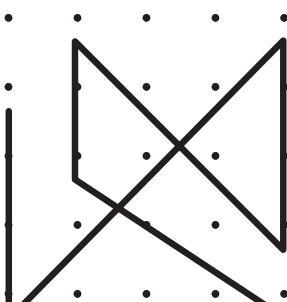
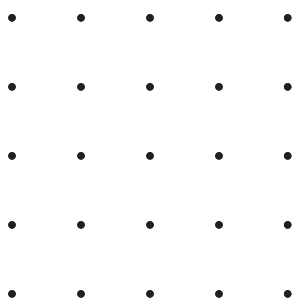
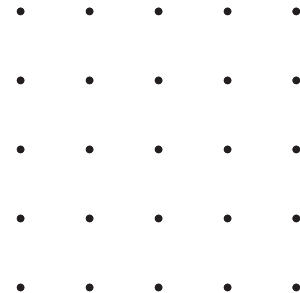
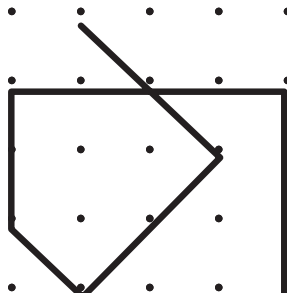
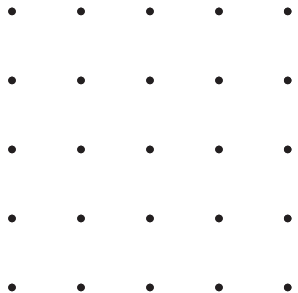
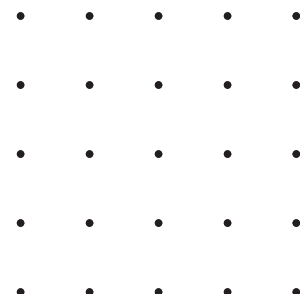
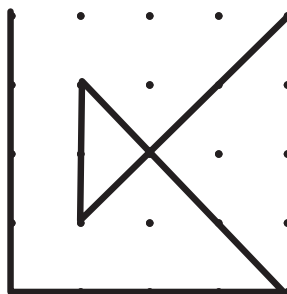
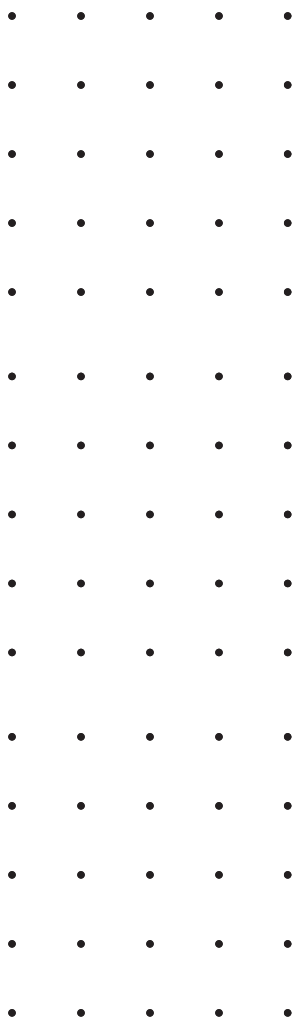
## Задание 4



Скопируй линии по точкам одновременно двумя руками.

Л

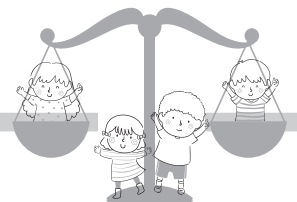
П



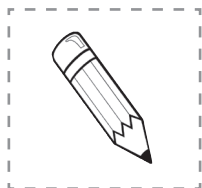
Проведи указательным пальцем по кругу слева направо и проследи за ним глазами.



# МЕЖПОЛУШАРНОЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ



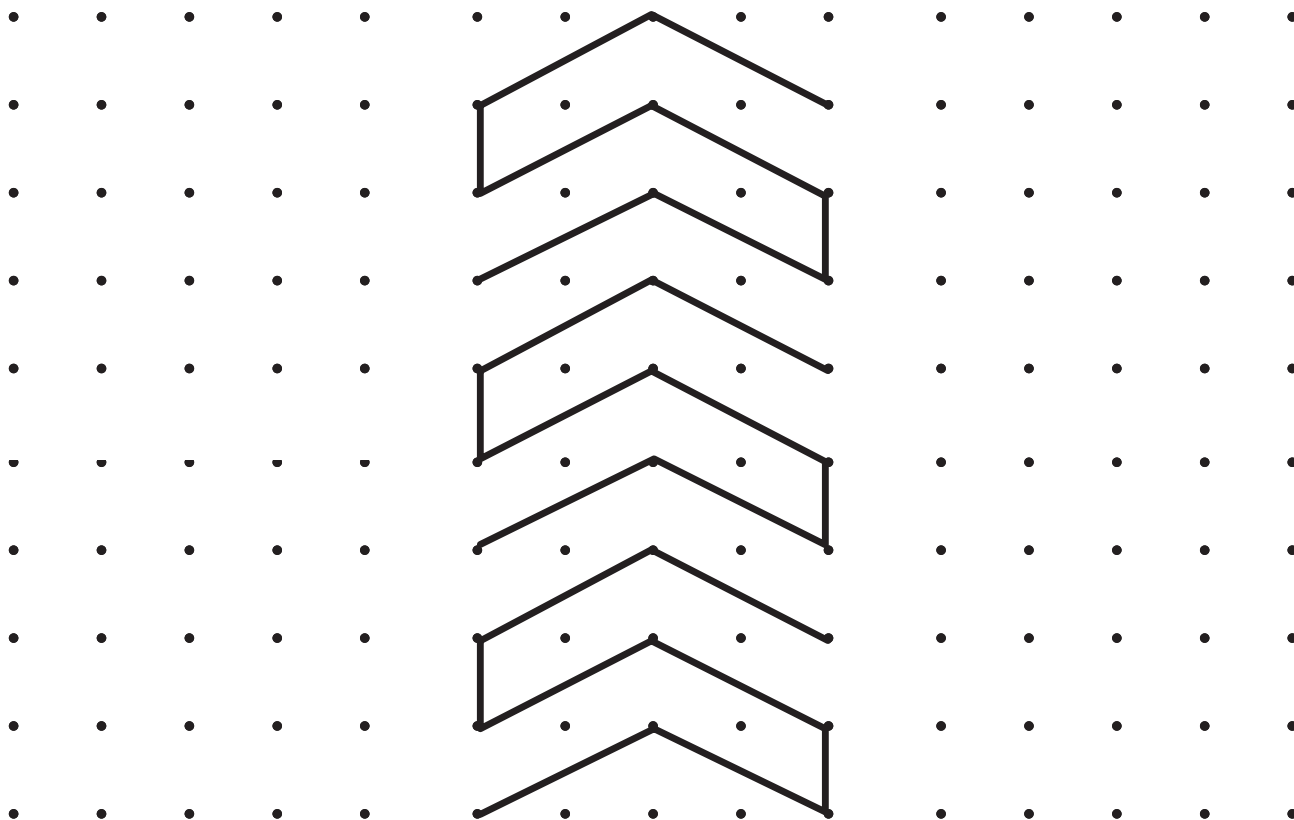
## Задание 5



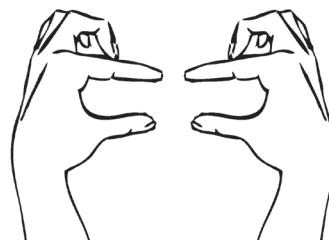
Скопируй линии по точкам одновременно двумя руками.

Л

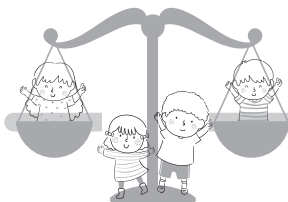
П



На обеих руках большой и указательный палец выпрямлены, остальные пальцы согнуты. Покажи, как «беседуют» два гуся.





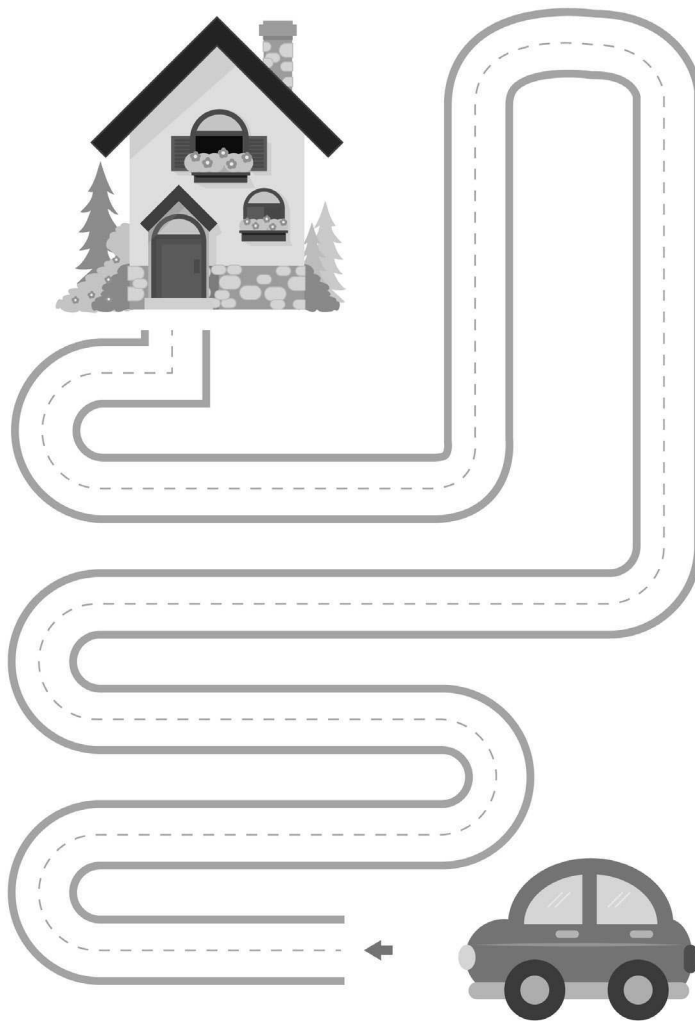


# МЕЖПОЛУШАРНОЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ

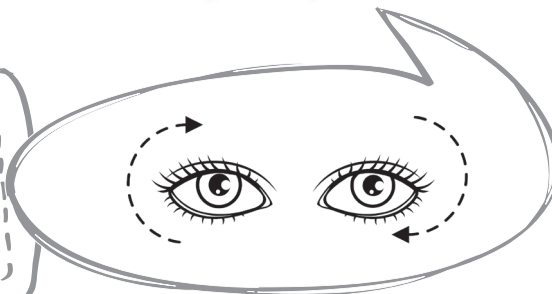
## Задание 6



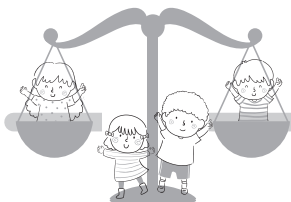
Поставь палец левой руки на машинку на странице 8, а палец правой руки на машинку на странице 9. Двигайся одновременно к домам. Затем проведи дорожки вниз. Затем одну вверх, вторую вниз.



Проведи указательным пальцем по кругу справа налево и проследи за ним глазами.





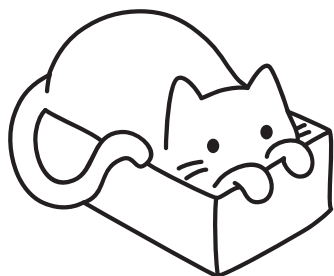
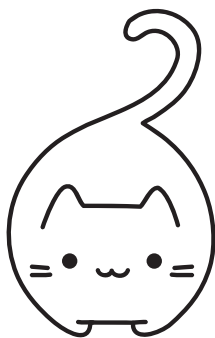


# МЕЖПОЛУШАРНОЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ

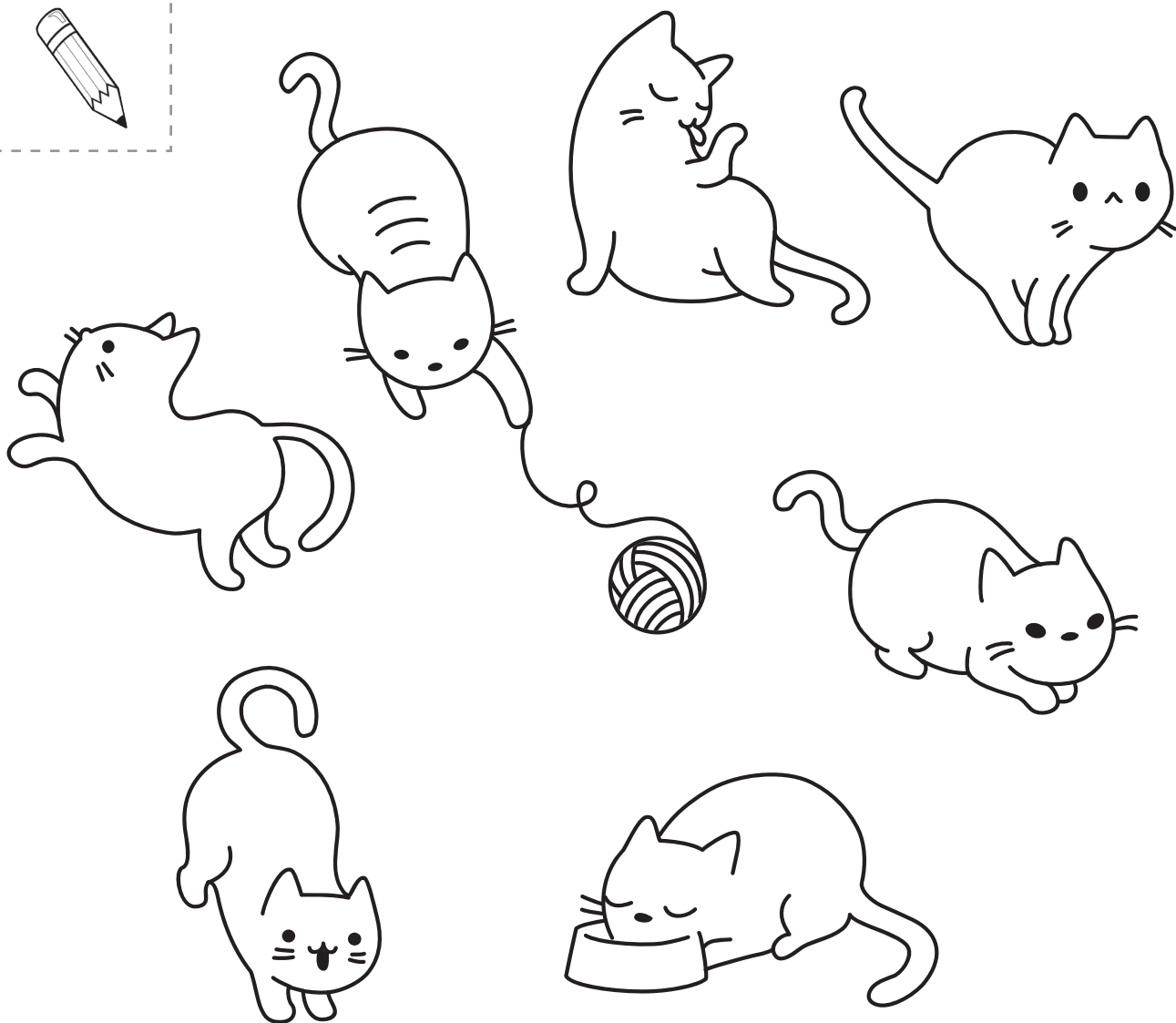
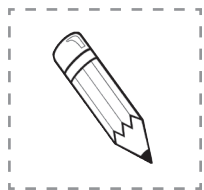
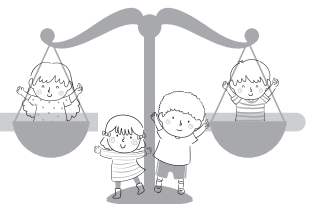
## Задание 6



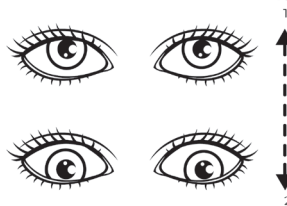
Возьми карандаши в обе руки и рисуй одновременно.  
Нарисуй рядом с каждым котёнком клубок ниток.

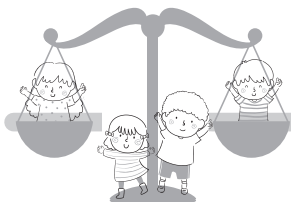


# МЕЖПОЛУШАРНОЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ



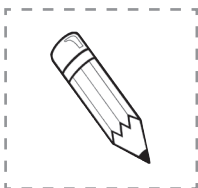
Посмотри на потолок, а потом на пол. Сделай это 10 раз. Не двигай головой, только глазами.



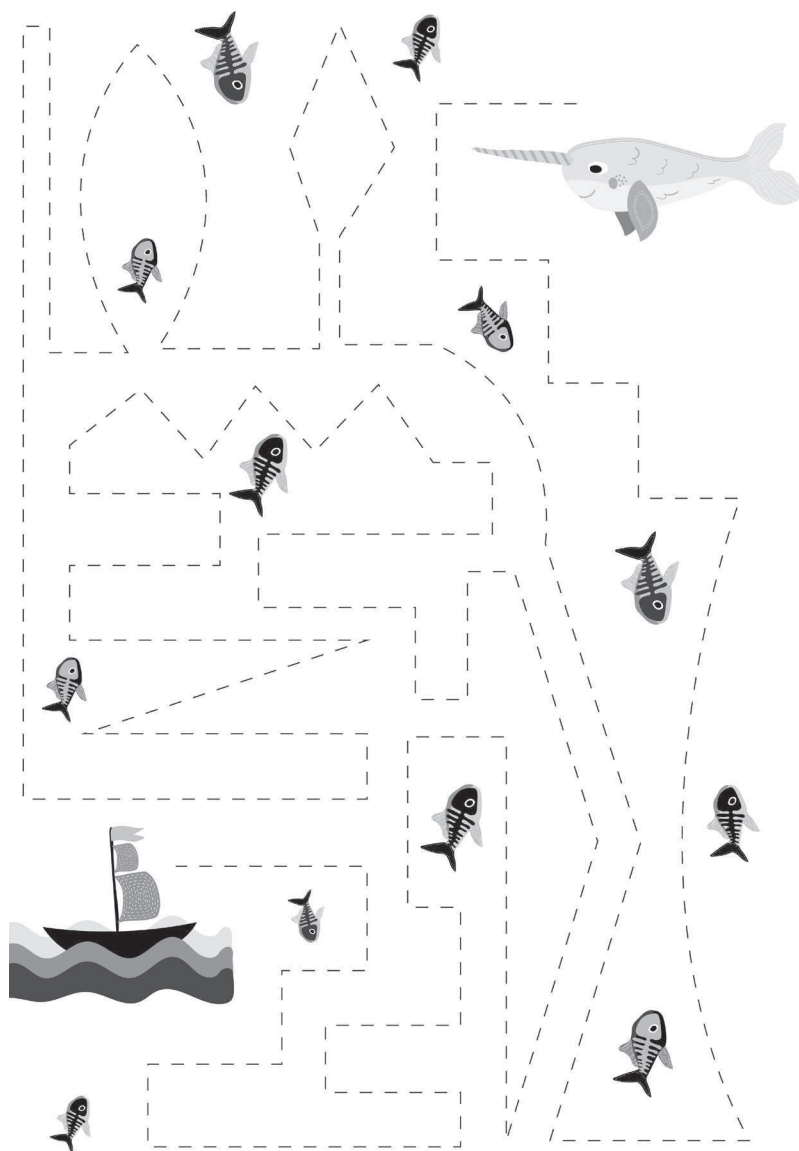


# МЕЖПОЛУШАРНОЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ

## Задание 7



1) Возьми карандаш удобной рукой и проведи линию по пунктиру не отрывая карандаш от бумаги.



Поставь ладонь и кулак как на картинке. Потом быстро поменяй руки местами и кулак распрями, а ладонь сожми. Сделай 10 раз.

