

Уважаемые взрослые!

Успешность обучения детей во многом зависит от своевременного развития межполушарных связей. Самый плодотворный и лёгкий период для их развития приходится на 5–7 лет, когда кора больших полушарий ещё не окончательно сформирована.

Используя специально подобранные задания, выполняя которые ребёнок задействует правую руку, левую руку или обе руки одновременно, мы создаём условия для улучшения межполушарной интеграции, что способствует более успешному обучению и формированию школьно-значимых навыков.

В этом тренажёре представлен практический материал по развитию межполушарного взаимодействия у детей младшего школьного возраста. Система заданий основана на нейропсихологическом подходе, доказавшем свою высокую эффективность. Предлагаемые задания опираются на два взаимодополняющих приёма — это активизация нейродинамики (заданий, поднимающих тонус коры головного мозга) и нейрографики (рисования двумя руками, мягко активизирующему головной мозг, обеспечивая слаженную и эффективную работу различных мозговых зон).

При работе с нейропрописью рекомендуем использовать комплексный подход, включающий оба приёма в одном занятии. Например: 1–4 задания на основе активизации нейродинамики (используя их как тонизирующую разминку) и 1–4 задания на основе нейрографики (в одно занятие включать более 4 заданий по нейрографике не рекомендуется). Выполнять задания можно в любой последовательности. Ребёнок 8 лет и старше может выполнять задания самостоятельно, а тем, кто помладше, желательно направляющее участие взрослого. Чтобы эффект от занятий был максимально высок, при работе с нейропрописью важно соблюдать одно правило: занятие должно носить систематический характер, тренировкой нужно заниматься ежедневно по 10–15 минут, желательно в первой половине дня.

Тренажёр можно использовать как для домашних занятий с ребёнком, так и для проведения развивающей деятельности в школе, например, в течение продлённого дня.

Желаем вам успешного обучения и развития!

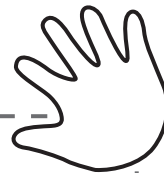
Педагог-психолог
Трясорукова Татьяна

НЕЙРОДИНАМИКА

Задание 1



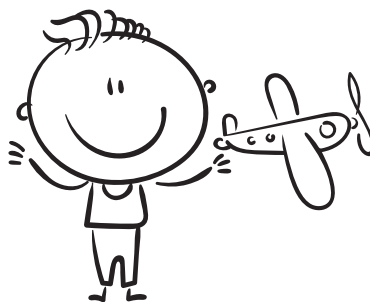
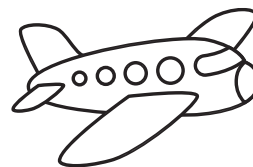
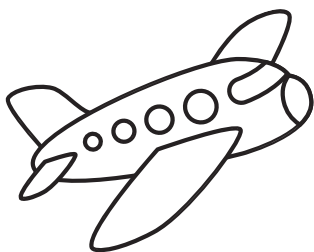
Исх. пол.: стоя.
Глаза закрыты.
Шагай на месте в течении 1 мин.



Исх. пол.: стоя.
Глаза закрыты.
Вытянув ногу чуть вперёд,
дотрагивайся до пола то пяткой,
то носком. Сначала правой,
затем левой ногой.
Выполняй движения
в течение 1 мин
в быстром темпе.

Исх. пол.: стоя, руки на поясе.
Глаза закрыты.
Удерживай равновесие на правой
и левой ноге поочерёдно
в течение 30 сек.

Исх. пол.: стоя, руки на поясе.
Глаза закрыты.
Прикасайся правой рукой через
голову к левому уху,
а левой рукой — к носу.
Затем меняй позиции рук
в обратном направлении.
Выполняй движения
в течение 1 мин.

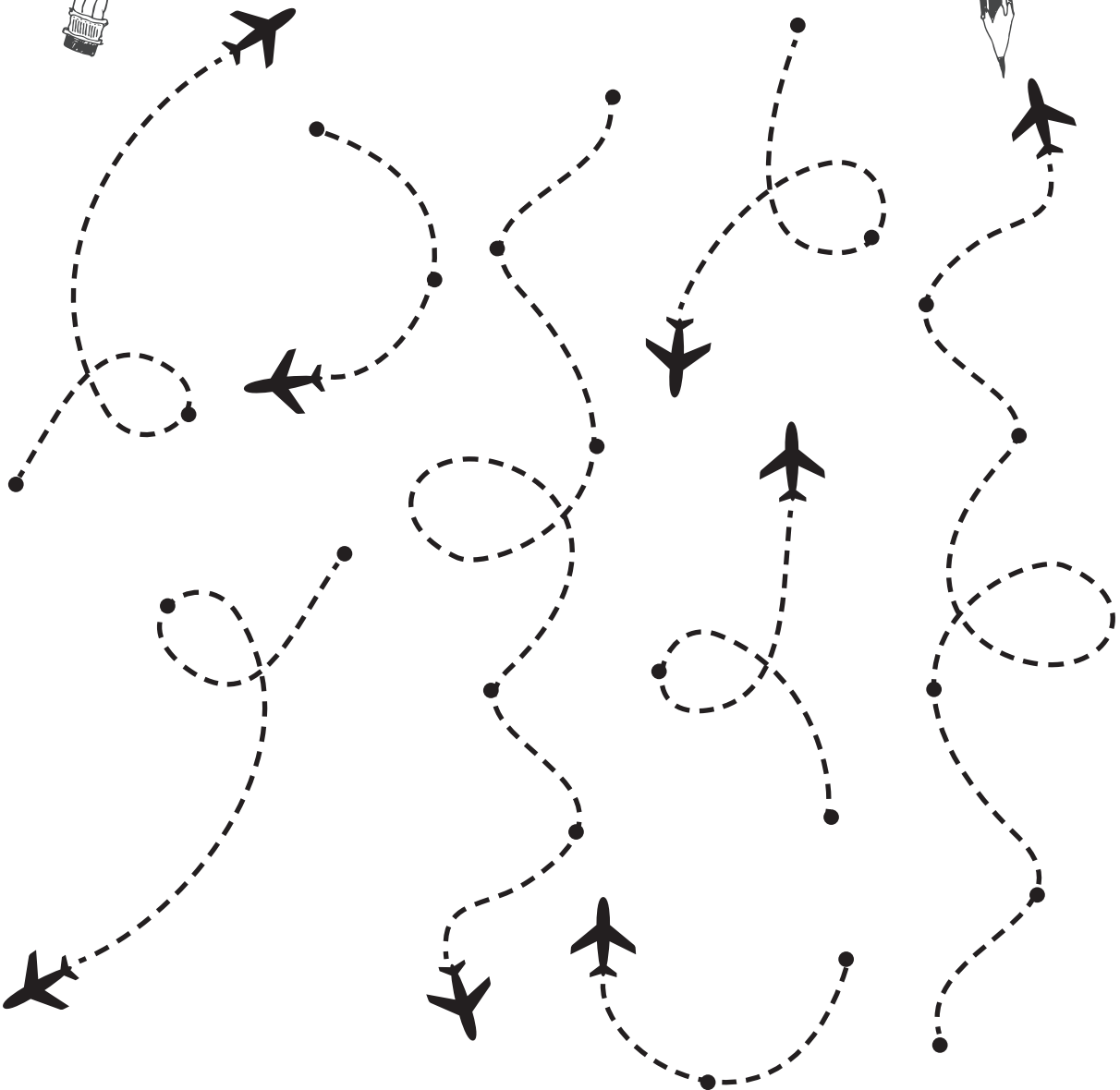
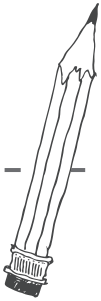


НЕЙРОГРАФИКА

Задание 2

Проведи линии по пунктиру с учётом инструкции:

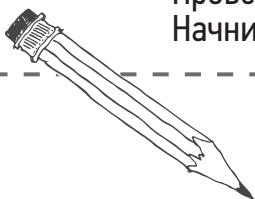
- Самолёт летит вверх — веди линию левой рукой.
- Самолёт летит вниз — веди линию правой рукой.
- В местах точек делай остановку.



НЕЙРОГРАФИКА

Задание 3

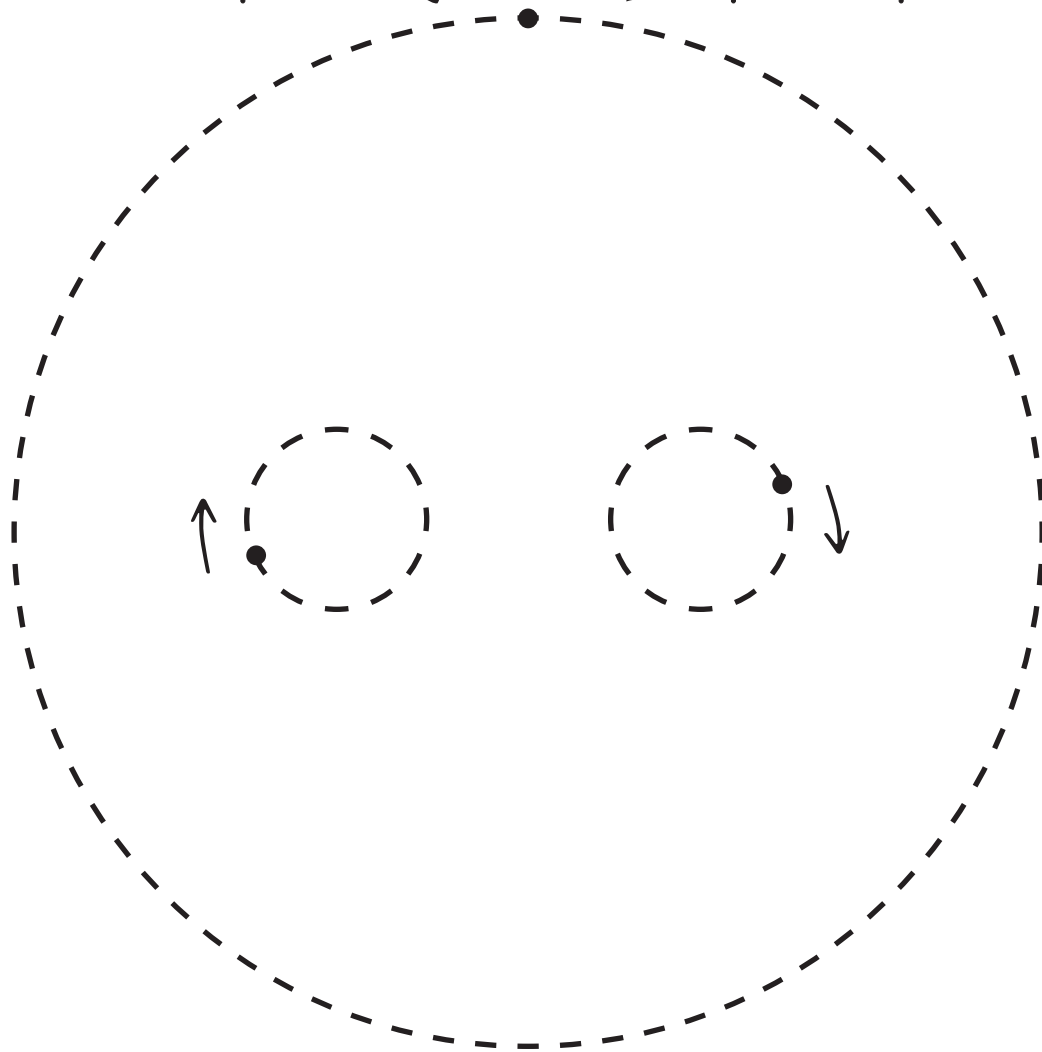
Проведи линии по пунктиру одновременно двумя руками.
Начни от точки. Следи за синхронностью движений рук.



Левая рука



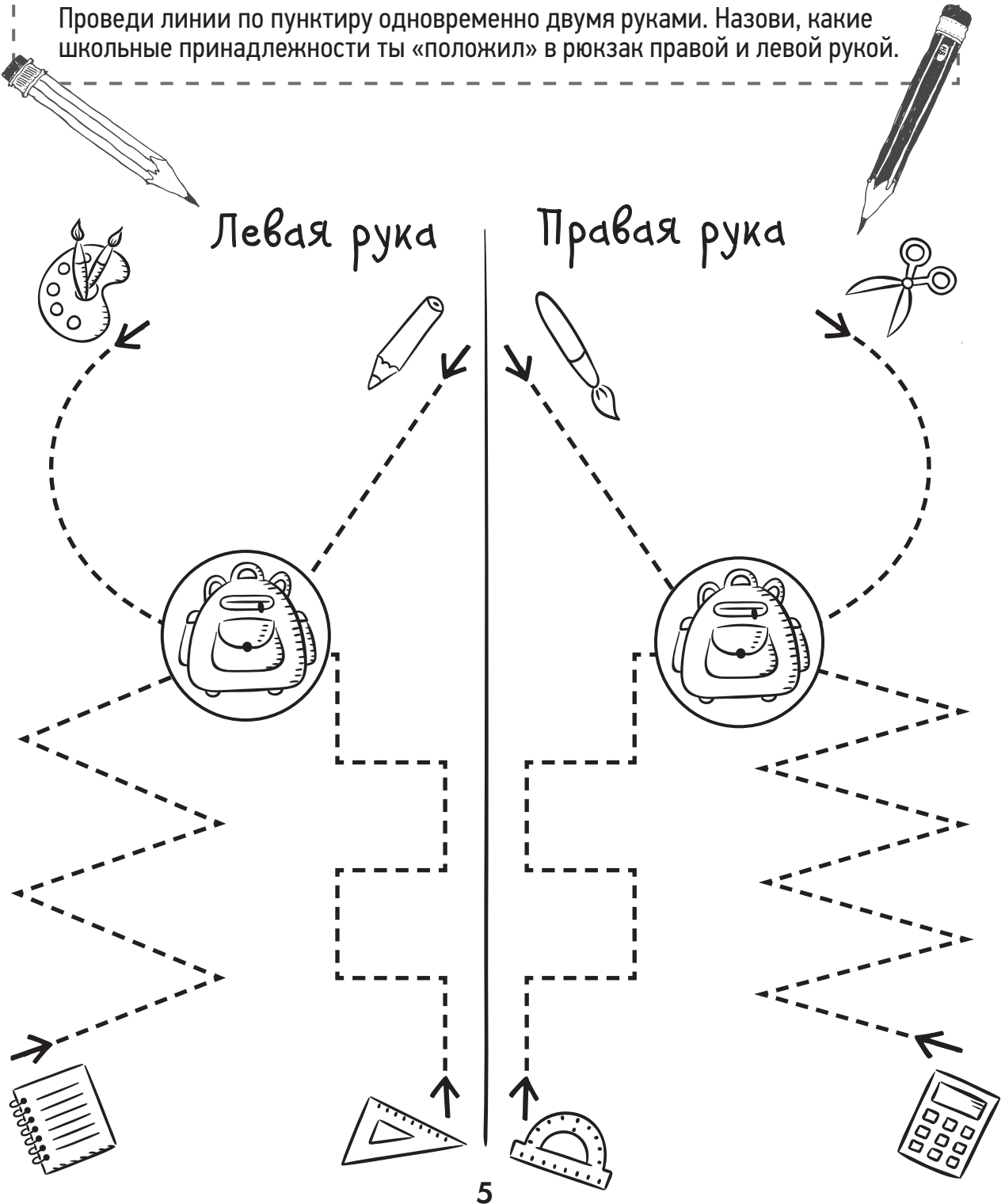
Правая рука



НЕЙРОГРАФИКА

Задание 4

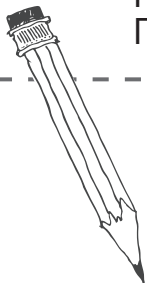
Проведи линии по пунктиру одновременно двумя руками. Назови, какие школьные принадлежности ты «положил» в рюкзак правой и левой рукой.



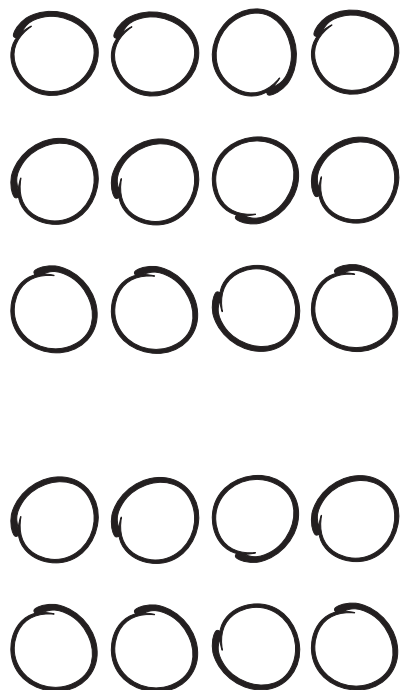
НЕЙРОГРАФИКА

Задание 5

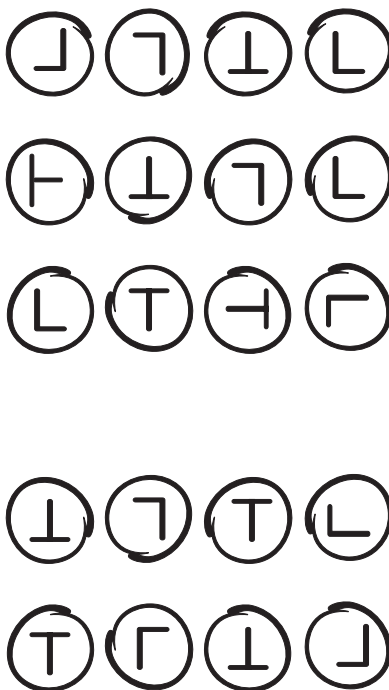
Напиши знаки по образцу одновременно двумя руками.
Постарайся работать максимально быстро.



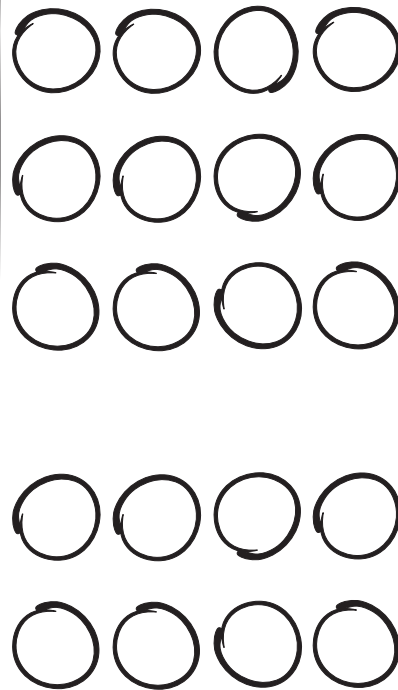
Левая рука



Образец



Правая рука



НЕЙРОДИНАМИКА

Задание 6



Исх. пол.: сидя за столом.
Положи руки на стол ладонями вниз, затем одновременно сжимай кулаки и снова клади ладонями на стол.
Выполняй движения в быстром темпе в течение 1 мин.

Исх. пол.: сидя за столом.
Ладонь правой руки положи на стол, разведи пальцы.левой рукой по одному поднимай пальцы правой руки за кончик, затем отпускай (палец падает/опускается на стол со стуком о поверхность стола).
Выполняй движения в быстром темпе в течение 30 сек.
Повтори задание на противоположной руке.



Исх. пол.: сидя за столом.
Положи руки на стол ладонями вниз. Правую руку сожми в кулак, левую положи ладонью на стол, затем поменяй положения рук.
Выполняй движения в быстром темпе в течение 1 мин.

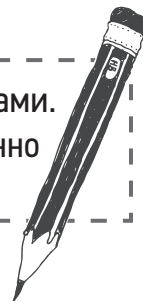
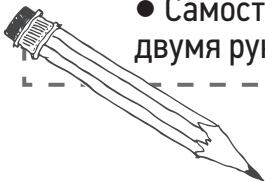
Исх. пол.: сидя за столом.
Проведи самомассаж подушечек пальцев.
Кисть правой руки положи на стол ладонью вниз, разведи пальцы. Указательным пальцем левой руки по очереди прижимай каждый палец (в области ногтевой пластины) к поверхности стола, как бы катая его на подушечке вправо-влево.
Выполняй движения для каждого пальца в течение 5–10 сек.
Повтори задание на противоположной руке.



НЕЙРОГРАФИКА

Задание 7

- Заштрихуй крылья бабочки по образцу одновременно двумя руками.
- Самостоятельно дорисуй и раскрась крылья бабочки одновременно двумя руками.



Левая рука ↘

↙ Правая рука

