

## **На вытянутых руках перебрасывание мяча из одной руки в другую.**

Вытягиваем руки мяч находится в правой руке, задача перекинуть его с одной руки в другую, акцентируйте внимание детей именно на том что б они перекинули, а ньое переложили

мяч с одной руки в другую.



## **Игра «Гусеница» (передвижение карандаша правой и левой рукой вверх и вниз)**

Край карандаша зажат в правой руке, большой палец отведи в сторону и стараться не использовать его в упражнении, карандаш держат только 4 пальца.

Дальше пальцы «шагают, бегут» по карандашу, тем самым часть карандаша перемещается вниз.

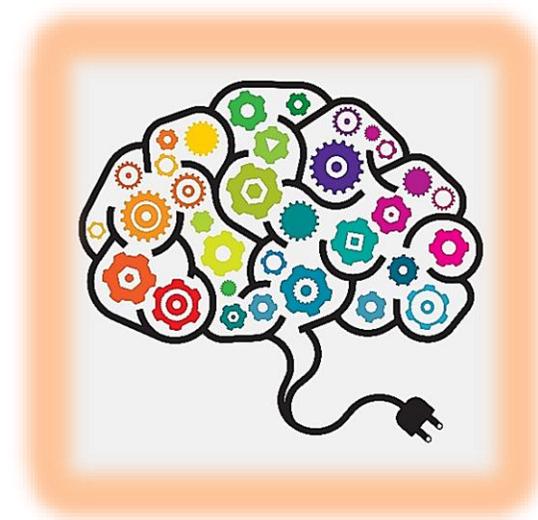
Аналогично выполнять упражнение с левой рукой.

Потом можно соединить и выполнять одновременно двумя руками.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДО-  
ШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕ-  
ЖДЕНИЕ

«Детский сад №12 г. Кировска»

## **«Игры и упражнения на развитие межполушарных связей. Гимнастика для мозга»**



МБДОУ «Детский сад №12»  
Мурманская область, город Кировск,  
ул. 50 лет Октября, дом 11  
Тел.: +7(81531)5-44-73  
Сайт: <https://k-dou12.ru/>  
Эл. почта: mdou\_12\_kirovsk@bk.ru

**Синецкая А.О., учитель - логопед**

**Гимнастика для мозга** – это вид упражнений, направленных на развитие функционирование мозговых структур через движение (обычно мелкомоторное) и основанных на связи функционирования мозга и психических функций.

В упражнениях особое внимание уделяется одновременному развитию обоих полушарий головного мозга.

Так, как обычно у нас одно полушарие развито лучше, чем другое.

За что же отвечает каждое полушарие?

✓ Правая рука контролирует левое полушарие, а это язык, вычисление, логика, анализ, порядок, последовательность, ритм, чувство времени и иерархии.

✓ Левая рука отвечает за правое полушарие: невербальные процессы, трехмерная визуализация, распознавание и выражение эмоций, творчество, воображение, понимание и значение мимики и целостное мышление.

И если наши полушария развиваются одновременно, то когнитивные навыки и обучение достигают оптимального уровня.

Следовательно, наша задача состоит в том, что бы «прокачать» оба полушария мозга:

- ✓ Тренируем координацию
- ✓ Тренируем скорость реакции
- ✓ Тренируем моторное планирование
- ✓ Тренируем зрительный анализатор
- ✓ Тренируем пространственную ориентировку
- ✓ Тренируем внимание
- ✓ Тренируем межполушарные связи

Согласованность и координированность движений и действий пальцев служит основной

не только для многих моторных процессов (письмо, прием пищи, застегивание молний и другие бытовые действия), но и для когнитивных (познавательных) функций.

### **Игры и упражнения на развитие межполушарных связей**

#### **Игра «колесо»:**

Перекручивание карандаша, правой и левой рукой от себя (будто чертим окружность карандашом), потом меняем направление и крутим карандаш от себя.

Далее можно усложнить упражнение, правая рука крутит карандаш на себя, а левая от себя.



#### **Игра «Колечки» (с карандашом)**

Аналогия игры с «колечками», но в данном виде игры большой и указательный пальцы держат карандаш, далее пальцы шагаю и карандаш уже держит большой и средний и так далее до мизинца.

Упражнение выполняется сначала правой рукой, затем левой рукой, далее соединяем и работаем двумя руками.



#### **Игра «Мяч вверх»**

##### **(подбрасывание мяча вверх)**

Упражнение на первый взгляд простое, но детям оно не всегда дается легко.

И так, сначала работаем правой рукой и просто подбрасываем мяч вверх и ловим его.

Далее работаем левой рукой, подбрасываем мяч вверх и ловим его.

Усложнение работаем двумя руками одновременно.



#### **Игра «Мяч вниз»**

##### **(бросание вниз)**

Это упражнение уже не кажется таким легким как предыдущее.

Задача бросить мяч вниз и тут же его поймать на весу, без стука от пол.

Работаем сначала правой рукой, затем левой рукой и для усложнения бросаем мяч двумя руками.



#### **Игра «Колесо» и «Мяч вверх» одновременно разными руками.**

В правой руке мяч в левой карандаш.

Правая рука подкидывает мяч вверх

Левая рука крутит карандаш (игра колечки) направление можете указывать сами на себя или от себя.