

Гимнастика для мозга

Это прежде всего упражнения для развития взаимодействия работы глаз, речи и руки. Без этого взаимодействия невозможно эффективное обучение навыку чтения и письма, поскольку при чтении и письме мы следим по строке глазами, проговариваем (вслух или шепотом) и пишем (ведем пальцем под буквами) одновременно.

- | | | | | | | | |
|-----------|--------|---------|---------|-----------|--------------|---------|----------------------|
| 1. | «Раз!» | — | хлопаем | перед | грудью | прямыми | руками, |
| «Два!» | — | правой | рукой | коснуться | левого уха, | а | левой рукой — носа, |
| «Три!» | — | хлопаем | перед | грудью | прямыми | руками, | |
| «Четыре!» | — | левой | рукой | касаемся | правого уха, | а | правой рукой — носа, |
| «Ушко,» | — | хлопаем | перед | грудью | прямыми | руками, | |
| «Носик-» | — | правой | рукой | коснуться | левого уха, | а | левой рукой — носа, |
| «Заце...» | — | хлопаем | перед | грудью | прямыми | руками, | |
- «пили!» — левой рукой касаемся правого уха, а правой рукой — носа. Выполнять 2 раза подряд.

2. «На море-океане, у острова Буяна, бывают вот такие и во-о-от такие волны» — выполняем волнообразные движения руками перед грудью, вперед.

«Плывет папа дельфин, к нему — мама дельфин, а к ним дельфин дочка и дельфин сыночек» — выполняем волнообразные движения кистями рук с пересечением воображаемой середины тела.

«А со дна морского к дельфинам поднимаются: морские звезды, морские ежи, морские змейки, морские коньки и медузы. Они знают, что там, где дельфины будут весело и интересно!» — на каждое название — выполняем волнообразное движение одним пальцем руки (двумя руками одновременно), в конце поднять руки вверх и потрясти кистями. Руки «бросить» вниз.

3. «Лезгинка» Одна рука — кулак перед грудью локоть вниз, большой палец — в сторону, вторая рука согнута параллельно полу, прямой кистью упирается в мизинец кулака — 8 смен такого положения.

4. «Медвежьи игры» — борьбу на диване, на полу. Различные захваты, обхваты ребенка, чтобы он вырывался из Ваших рук, в «Царя дивана» и пр.

5. Пальчиковые игры, начиная с «Сорока-белобока ...», теневой театр, «Ладушки, ладушки, ...»

6. Рисование двумя руками одновременно.

7. «Руки-ноги» С любой темой, пройденной в классе. На звонкий согласный — руки поднять вверх или опустить, на глухой согласный — сесть или встать. На имя существительное руки поднять вверх или опустить вниз, на остальные слова работают ноги — сесть или встать.

