

Гимнастика для ума: тренажер своими руками (часть 2)

Выполнил:
Учитель-дефектолог
Котелова Ю.Н.

Замечали ли вы, что ваш ребенок плохо запоминает стихи, сложно даются пересказы, постоянно отвлекается, не может усидеть на месте, а усадить за уроки большая проблема? В большинстве случаев, это не лень ребенка, не его баловство, а незрелость некоторых отделов головного мозга, которые отвечают за внимание, память, мышление, речь, регуляцию поведения. Что же делать? Можно ли «прокачать» мозг? Помочь ему работать лучше? ДА! Существуют специальные упражнения для улучшения работы мозга, которыми пользуются в своей работе нейропсихологи. Играйте 15 – 30 минут в день и через 2 недели вы ощутите результат!

Выполняйте вместе с ребенком и на себе прочувствуете положительный результат:

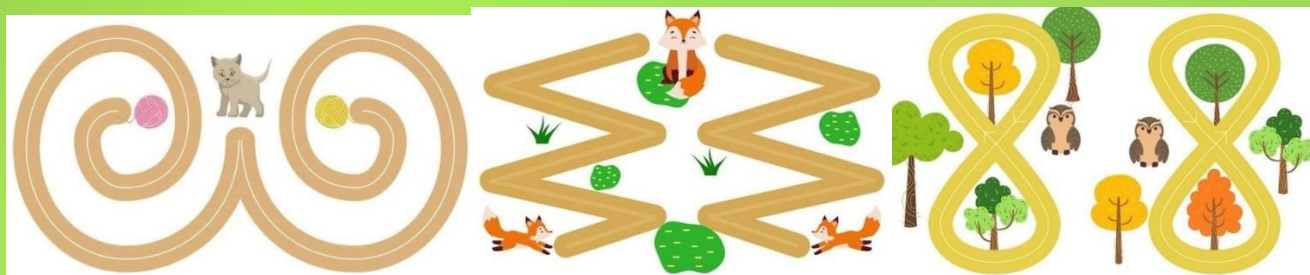
- психоэмоциональное состояние стабилизируется;
- повысится способность к самоконтролю,
- улучшится память, внимание, пространственное мышление,
- повысится работоспособность,
- раскроете свой творческий и умственный потенциал.

В продаже существует множество игр, нейропсихологических наборов, но порой они дорогостоящие. Есть недорогие аналоги в масс-маркетах, но мы некоторые игры сможем сделать своими руками.

Топ-5 нейропсихологических развивашек своими руками:

1. **Нейродорожки:** нарисуйте на картонке симметричные линии прямые, ломанные, волнистые – как захотите). Затем, по линиям проведите клеевым пистолетом – должны получиться объёмные дорожки. Готово! Теперь, перед выполнением домашнего задания или в свободное время, можно проводить **ОДНОВРЕМЕННО** двумя руками по линиям. Можно совмещать с чтением стихотворения или повторения звуков.

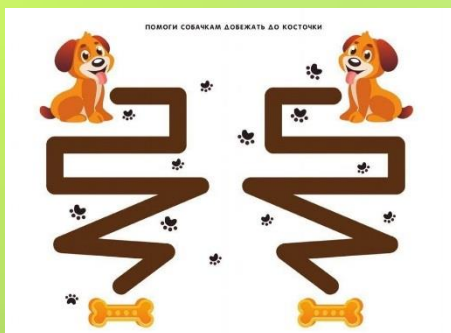
Пример картинок:



2. **Нейролинейки:** картон нарезаем на широкие полоски, рисуем карандашом линии, рисунок, затем канцелярским ножом вырезаем отверстие 5- 7мм. Линейки делаем парные, чтобы можно было работать обеими руками. Готово! Предложите ребенку нарисовать линии по «дорожке» (удобно, что ручка-карандаш движется в бороздке). Выполняем одновременно двумя руками, только – левой рукой ведём карандашом справа-налево, а правой слева-направо (руки расходятся в противоположные стороны из одной точки). *Примеры линейек:*



Нейродорожки 2: на картоне рисуем симметричные дорожки. Линии должны быть как бортики, чтобы между ними можно было размазывать пластилин. Пусть ребенок одновременно двумя руками размазывает пластилин (снизу-вверх или сверху вниз, можно делать перекрестные движения: левой рукой вести вниз, а правой - вверх). Потом можно украшать дорожку бусинами, зернами, крупой и т.п. *Пример:*



3. Лабиринт – балансир. Понадобится коробка с бортиками со всех 4 сторон, высотой не менее 3 см. Начертите внутри коробки лабиринт (шаблоны можно скачать с интернета). Затем нарежьте полоски из свободного картона по линиям лабиринта, и с помощью клеевого пистолета зафиксируйте стеночки. Можно перегородки сделать из нарезанных коктейльных трубочек, колпачков от фломастеров, макарон. Запускайте шарик (можно бусину или любой круглый предмет, подходящий по размеру). *Пример:*



4. Разноцветные ладошки. Приготовьте цветную бумагу (желательно основных цветов: желтый, красный, синий, зеленый). Обведите левую и правую руку и вырежьте по контуру. У вас должно получиться 8 ладошек. Затем, вырежьте круги, диаметром с кулачок ребенка (8 кругов, по 2 штуки на один цвет). Разложите на столе перед ребенком по два цвета ладошки левой и правой руки, и круги (как символ кулачка). Разложите в 2 ряда по 4 штуки (например: верхний ряд: желтая левая ладошка, красный круг, красная правая ладошка, желтый круг, нижний ряд остальные.) можно зафиксировать на двухсторонний скотч.

Теперь играем: говорите, что необходимо найти, старайтесь переключать с ладошки на кулак и менять руку: хлопни красную левую ладошку, хлопни желтый кулак и т.д.

Вариант 2. Добавьте ступни! И играйте в движении)

Пример:



Развивайте, играя!