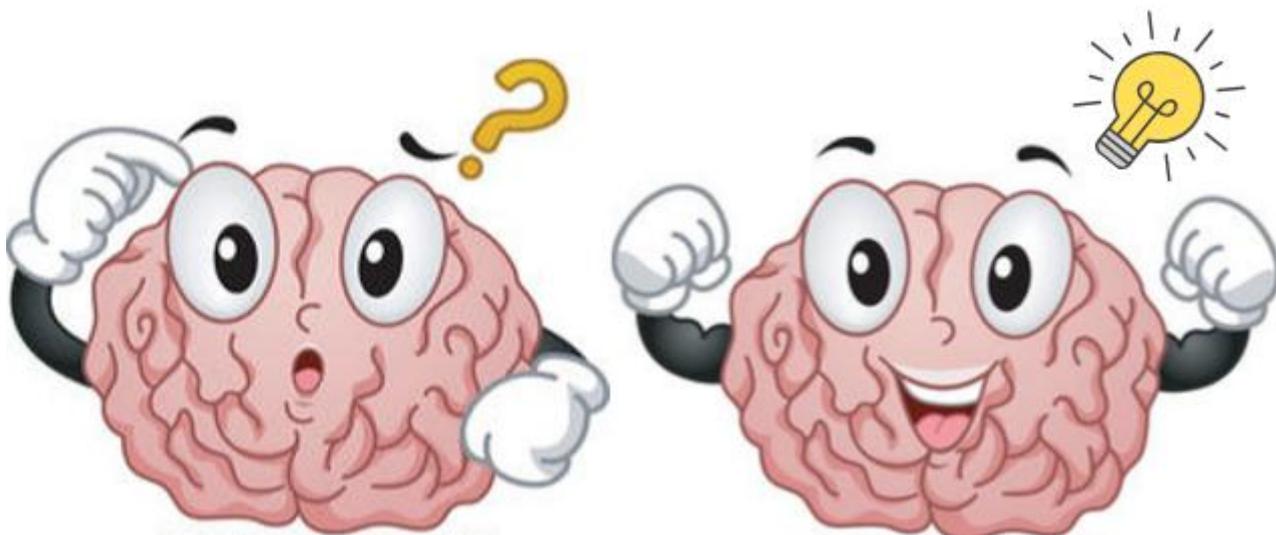


Упражнения для работы мозга



Базу для умственной деятельности ребёнка создает связь между работой мозга, речью и [мелкой моторикой рук](#). Эту связь можно развить с помощью специальных упражнений.

У детей [развитие речевых навыков](#) напрямую связано с развитием движений пальцев рук. **Чтобы сделать руку твёрдой, а пальчики более умелыми и выносливыми, помогают следующие упражнения:**

- [штриховка](#);
- лепка;
- [графические упражнения](#);
- игры с мелкими деталями (конструктор, мозаика).

Но, к сожалению, не всегда крепкая детская рука позволяет получить на практике идеальное письмо. Большую роль здесь играет **развитие мозга ребёнка**. Именно от этого:

- может страдать точность движения и координация;
- ребёнок не попадает в разлиновку;
- повторяет на письме буквы, слоги, слова;
- [пропускает буквы при письме](#);
- путает буквы.

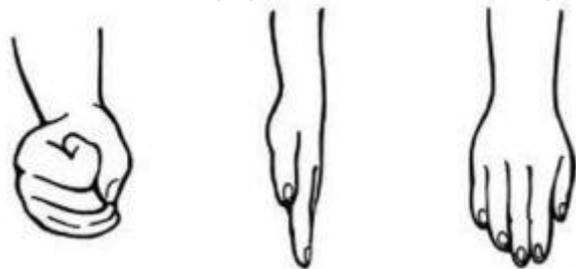
То есть у ребёнка недостаточно развита связь руки и головы. Развить внимание и улучшить работу мозга помогают **специальные ритмические упражнения**. Они позволят скоординировать движения руки ребёнка, разовьют [связь между полушариями мозга](#).

Как выполнять упражнения?

- Выполняйте сначала по одному упражнению, увеличивая его качество, скорость и сложность. Ускорение только после того, как ребёнок сможет удерживать медленный темп. Иногда на отработку одного упражнения может уйти несколько дней.
- Смысл упражнений заключается в ритмичной смене движения рук. Важно повторить последовательность несколько раз, не сбившись, как [скороговорку](#).

- На первых порах можно помогать себе выполнять упражнения, проговаривая движения. Но в итоге упражнение должно выполняться молча.

В основном в упражнениях используется положения рук: **кулак-ребро-ладонь**.



Упражнения кулак — ребро — ладонь

Упражнение 1

Кулак-ладонь

Руки лежат на столе.

Приподнимаем обе ладони и слегка стучим по столу, попеременно меняя положение правой и левой рук: одна ложится ладонью на стол, а другая кулачком.

Упражнение 2

Ладонь – ребро

Выполняется аналогично первому упражнению, только вместо кулачка ударяем по столу ребром ладони.

Упражнение 3

Кулак – ребро

Выполняется аналогично.

Упражнение 4

Кулак-кулак

Меняем положение кулачка:

- вертикально и горизонтально (т.е. кулачок на ребре ладони и пальцами прижат к столу);
- хлопки могут быть как ладонями, так и кулачками (можно чередовать);
- хлопки кулачками друг о друга сверху и снизу;
- хлопки кулачками со стороны больших пальцев рук, а потом со стороны мизинцев.



Усложнение упражнений:

- Когда упражнение будет уже достаточно хорошо получаться, то добавляем после каждой смены движения хлопок.
- Усложняем не только хлопками, но и еще поднятием большого пальца вверх в положении кулак.
- Усложняем изменением положения кулачка.

Упражнение 5

Ладонь – ребро – кулак

Это более сложное упражнение. К нему переходим только тогда, когда получаются первые четыре упражнения в различными усложнениями.

Чередуем удары по столу и не забываем менять положение правой и левой рук.

Как вы видите, ритмических упражнений можно придумать великое множество. Вы сами можете составлять последовательность и отрабатывать ритм вместе с ребенком.