**Вправи для розвитку міжпівкульової взаємодії**

**Мета**:  розвивиток міжпівкульних зв’язків, синхронізація роботи півкуль, покращення розумової діяльності, сприяння поліпшенню пам’яті та уваги, полегшення процесу читання і письма.

Вправи необхідно виконувати щодня, виділивши 20-25 хвилин на день для них. Вони стануть в пригоді для маленьких перерв в ході заняття, або для налаштування на роботу перед заняттям, або просто як гра у вільну хвилинку.

Вправи рекомендують поступово ускладнювати:

* прискорювати темп;
* виконувати з легко прикушеним язиком і заплющеними очима (вимкнення мовного і зорового контролю);
* підключати рухи очей і язика до рухів рук;
* підключати дихальні вправи і метод візуалізації.
* **Вушка**

****
***Ціль: Енергетизація мозку.***
Розправляти і розтягувати зовнішній край кожного вуха рукою в напрямку вгору-назовні від верхньої частини до мочки вуха (п’ять разів). Помасажувати вушну раковину.

 **Ліхтарики”**

**“**
***Ціль: Розвиток міжпівкульної взаємодії (мозолистого тіла), довільності і самоконтролю.***
Покласти кисті на стіл. Одна – стиснута в кулак, інша лежить на столі долонею. Одночасно змінювати положення рук (якщо права в кулаці, а ліва – долоня, то змінити на: права – долоня, ліва – кулак і так далі)

 **“Дзеркальне малювання”**

****

***Ціль: Розвиток міжпівкульної взаємодії, довільності, самоконтролю.*** На аркуші чистого паперу, взявши в обидві руки олівці або фломастери, пропонуємо дитині малювати одночасно обома руками дзеркально симетричні малюнки, літери, цифри. Рекомендується при виконанні цього завдання використовувати музику.

Малюнки для дзеркального малювання двома руками



**«Кільце”**

****

***Ціль: Розвиток міжпівкульної взаємодії, довільності, самоконтролю.***
Піднімаємо вгору обидві долоні і починаємо перебирати пальці на обох руках, поєднуючи в кільце з великим пальцем по черзі вказівний, середній, безіменний та ін. Виконується спочатку правою рукою, потім лівою, потім обома. Ведучий змінює темп виконання, то прискорюючи, то сповільнюючи його.

**“Кулак – ребро – долоня”**
****

***Ціль: Розвиток міжпівкульної взаємодії, довільності, самоконтролю.***
Ведучий показує дитині три положення долоні на столі, які послідовно змінюють один одного: розкрита долоня на столі, долоня, стиснута в кулак, долоня ребром на столі. Спочатку вправа виконується разом з ведучим:
а) долонею правої руки;
б) долонею лівої руки;
в) обома долонями одночасно.
При цьому міняємо темп виконання, то, прискорюючи, то, сповільнюючи його. Потім дитина виконує вправу самостійно.

 **Вухо – ніс”**

****
***Ціль: Розвиток міжпівкульної взаємодії, довільності, самоконтролю.***
Лівою рукою візьміться за кінчик носа, а правою рукою – за протилежне вухо. Одночасно відпустіть вухо і ніс, хлопніть в долоні, змініть положення рук «з точністю до навпаки».

**“Перехресні рухи”**
***Ціль: Розвиток міжпівкульної взаємодії, довільності, самоконтролю.***
Виконуйте перехресні координовані рухи одночасно правою рукою і лівою ногою (вперед, в сторони, назад). Потім зробіть те ж лівою рукою і правою ногою.

**“Горизонтальна вісімка”**
***Ціль: Розвиток міжпівкульної взаємодії, довільності, самоконтролю.***
Намалюйте в повітрі в горизонтальній площині цифру вісім три рази спочатку однією рукою, потім іншою, потім обома руками одночасно.