

Третий блок представлен кинезиологическими упражнениями из программы "Гимнастика мозга", дополненными игровыми и соревновательными моментами, специально подобранной музыкой, ритмическими стихами и текстами.

"Перекрестные шаги"

Координируем движения ребенка так, чтобы в такт движения руки одновременно двигалась противоположная нога.

Ладонь правой руки при ходьбе касается левого колена, ладонь левой руки – правого.

Локоть правой руки при ходьбе касается левого колена, локоть левой руки – правого.

Завожу правую ногу при ходьбе влево, а правая и левая рука поворачиваются вправо, левую ногу при движении заводим вправо, а обе руки поворачиваются налево – и другие модификации перекрестного шага.

"Перекрестные прыжки"

Выполняются так же, но ребенок не ходит, а подскакивает.

1

"Перекрестный шаг сидя"

Ребенок представляет себя мотоциклистом.

Заводим мотоцикл и "едем": локти рук касаются противоположных колен.

"Вращение шеи"

Дышим глубоко, расслабляем плечи, опускаем голову вниз. Медленно вращаем головой из стороны в сторону, снимая напряжение на выдохах.



2

Обведи рисунки по пунктирным линиям одновременно двумя руками. Следуя заданному направлению.

