

В рамках логопедической недели "Движение и речь" мы запустили челлендж "Ловкие ручки" для всех, кто хочет попробовать влюбиться в это замечательное упражнение присоединяйтесь к нам!

Кулак-ребро-ладонь

Кинезиологическое упражнение для развития межполушарного взаимодействия

Упражнение развивает мозолистое тело, повышает стрессоустойчивость, синхронизирует работу полушарий, способствует улучшению памяти и внимания, облегчает процесс чтения и письма.

Порядок выполнения

Два, далее три положения руки на плоскости стола последовательно сменяют друг друга.

Упражнение выполняется сначала правой рукой, потом — левой, затем — двумя руками вместе.

Если желаете удлинить поле для работы, надо распечатать одну и ту же карточку в нескольких экземплярах и склеить по ширине.

В комплекте упражнение усложняется введением нового движения – ладонь ребром и изменением цвета фигур.

Но вы можете использовать и другие способы. Например, для постепенного усложнения упражнений можно:

- изменить направление движения рук – не с левой стороны на правую, а с правой на левую,
- ускорить темп выполнения,
- подключить движения глаз и языка к движениям рук,
- подключить дыхательные упражнения.

<https://youtu.be/4WCT-010IFs>