**РАЗВИВАЮЩАЯ КИНЕЗИОЛОГИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА**

**Цели:**

* развитие межполушарного взаимодействия;
* синхронизация работы полушарий;
* развитие мелкой, общей моторики;
* развитие ВПФ: памяти, внимания, восприятия, мышления;
* развитие речи;
* устранение дислексии, дисграфии.

Продолжительность занятий — 10—15 мин.

Периодичность — ежедневно. Время занятий — утро, день.

**КОМПЛЕКС УПРАЖНЕНИЙ**

**1. Колечко.** Поочередно и как можно быстрее перебирай­те пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем по­следовательно указательный, средний и т.д. Проба выпол­няется в прямом (от указательного пальца к мизинцу) и в обратном (от мизинца к указательному пальцу) порядке. Вначале выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе.

****

**2**. Кулак—ребро—ладонь. Ребенку показывают три поло­жения руки, последовательно сменяю­щих друг друга. Проба выполняется сначала правой рукой, потом — левой, затем — обеими руками вместе.



**3. Змейка.** Скрестите руки ладонями друг к другу, сце­пите пальцы в замок, вывер­ните руки к себе.



**4. Лезгинка.** Левую руку сложите в кулак, большой палец отставьте в сторону, кулак разверните пальцами к себе. Пра­вой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикоснитесь к мизинцу левой. После этого одновременно смените положение правой и левой рук в течение 6—8 смен позиций. Добивайтесь высокой скорости смены положений.



**5. Ухо - нос - хлопок*.*** Левой рукой коснитесь кончика носа, а правой рукой — за противоположное ухо. Одновременно от­пустите ухо и нос, хлопните в ладоши, поменяйте положе­ние рук «с точностью до наоборот».

**6. Массаж ушных раковин.** Помассируйте мочки ушей, затем всю ушную раковину. В конце упражнения разотрите уши круговыми движениями.

**7. Перекрестные движения.** Выполняйте перекрестные координированные движения одновременно правой рукой и левой ногой, и наоборот.

**8. Велосипедист.** Упражнения в парах: встаньте напротив друг друга, коснитесь ладонями ладоней партнера. Совершайте движе­ния, аналогичные велосипеду.

**9. Зеркальное рисование.** Начните рисовать в воздухе одновременно обеими руками зеркаль­но-симметричные фигуры. При выполнении этого упражнения почувствуете, как расслабляются глаза и руки. Когда деятельность обоих полушарий синхронизируется, за­метно увеличится эффективность работы всего мозга.

**10. Слон.** Голову положить на правое плечо. Левую руку вытянуть вперед и написать в воздухе цифру 8 пять раз, следя глазками за написанием. И наоборот, голову положить на левое плечо, написав 8-ку правой рукой.