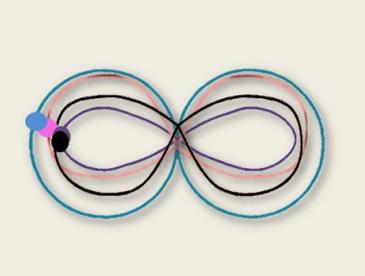


**Упражнения для глаз «Ленивые восьмёрки».** Прослеживание глазами за передвигающейся точкой по восьмеркам разной формы.

*Кинестетическая восьмерка*

*Визуальная восьмерка*

*Аудиальная восьмерка*



*Гармоничная восьмерка*

*Объединенная восьмерка*

Прослеживание глазами **визуальной восьмерки** способствует максимальному включению в работу зрительной зоны головного мозга и развитию бинокулярного зрения. Мышцы глаза обучаются произвольным движениям, необходимым для построчного прослеживания при чтении, письме и т. д. При «рисовании» таких восьмерок можно часто моргать глазами, что усилит развивающий эффект. Вторым вариантом усложнения является легкое прикусывание языка во время выполнения упражнения. Прослеживание глазами или рисование руками **аудиальной восьмерки** способствует максимальному включению в работу слуховой зоны головного мозга и развитию бинаурального (интегрированного) восприятия слуховой информации. Такое «рисование» можно сопровождать произнесением звука «М-М-М». Прослеживание глазами или рисование руками **кинестетической восьмерки** способствует максимальному включению в работу двигательных и эмоциональных зон головного мозга. Прослеживание за фигурой **объединенной восьмерки** способствует одновременной работе зрительных, слуховых и двигательных зон мозга, развивается динамика и интеграция всех зон восприятия. При этом координируется работа ведущих полушария, руки, глаза, уха и ноги.

**Начинать работу необходимо** с прослеживания глазами восьмерок в следующем порядке: *гармоничная, визуальная, аудиальная* и *кинестетическая*. Завершить работу необходимо гармоничной восьмеркой. При прослеживании глазами за готовой фигурой восьмерок можно сделать линии разных цветов.