

5+

ЕВГЕНИЯ БЕКЕТОВА

НЕЙРОГИМНАСТИКА

лисёнок Макс на море

5 нейроразминок для детей



1. МОРЕ

Лисёнок Макс отправился в отпуск на море. Он решил поплавать под водой с маской и увидел много интересного! Давай поможем ему собрать все предметы с морского дна.

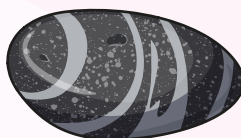
Инструкция: Как можно быстрее выполняем задание. Двигаемся по рядам и показываем действия, которые соответствуют каждой картинке. Сначала проходим по рядам от начала до конца, а потом в обратном порядке.



Топнуть



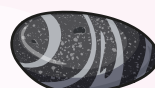
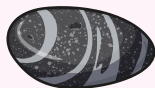
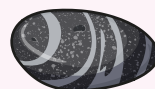
Поднять правую руку



Хлопнуть



Показать левой рукой



2. РЫБАЛКА

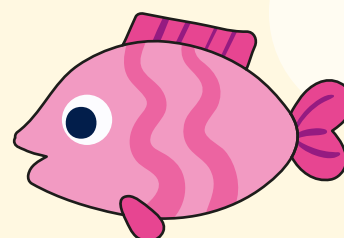
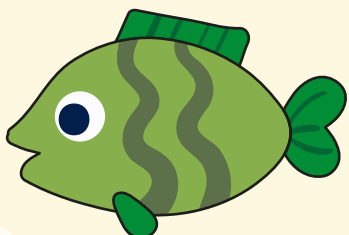
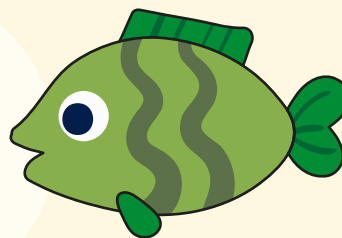
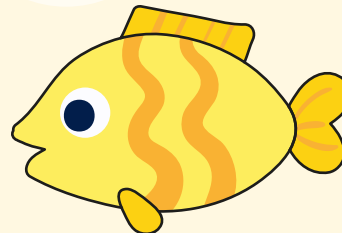
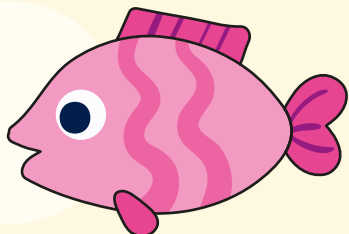
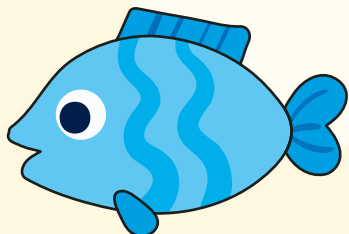
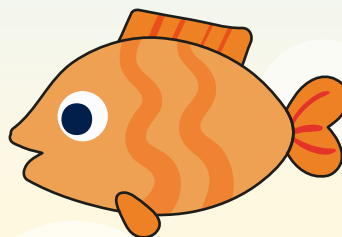
Лисёнок Макс очень любит рыбачить. Хочешь поймать несколько рыбок вместе с ним?

Инструкция: К большой рыбке прикасаемся двумя пальчиками вместе (указательным и средним), а к маленькой рыбке только одним пальчиком (указательным). Выполняем упражнение одновременно двумя руками сначала сверху вниз, а потом снизу вверх.



Левая рука

Правая рука



3. НАДУВНОЙ МАТРАС

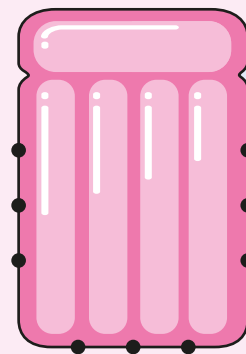
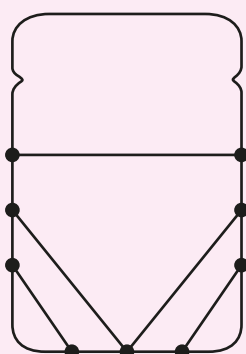
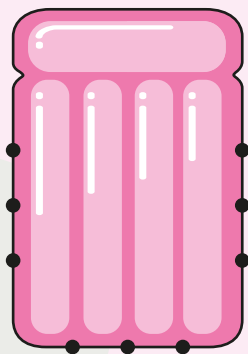
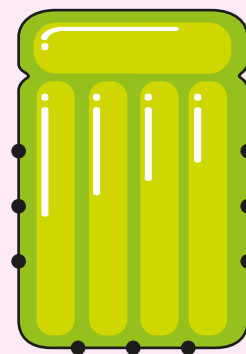
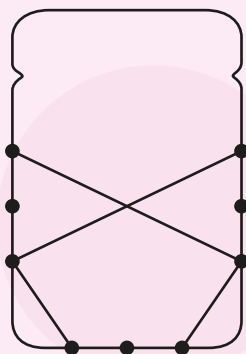
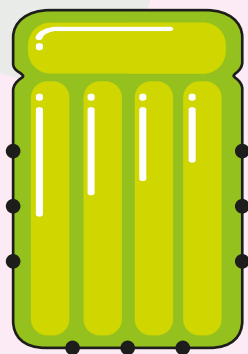
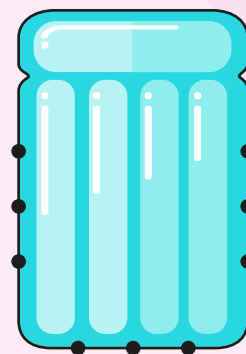
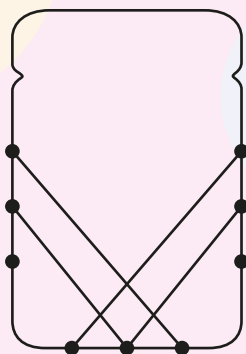
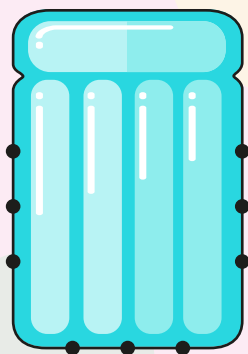
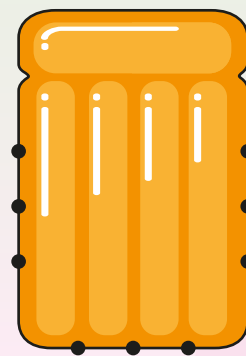
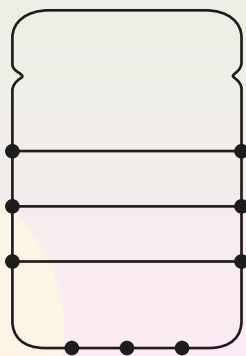
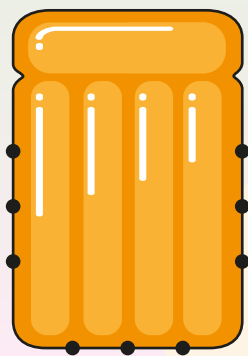
Лисёнок Макс решил поплавать на надувном матрасе. Но все матрасы некрасивые. Давай поможем лисёнку украсить их узором.

Инструкция: Проводим двумя руками линии в прямоугольниках в соответствии с образцом.

Левая рука

Образец

Правая рука

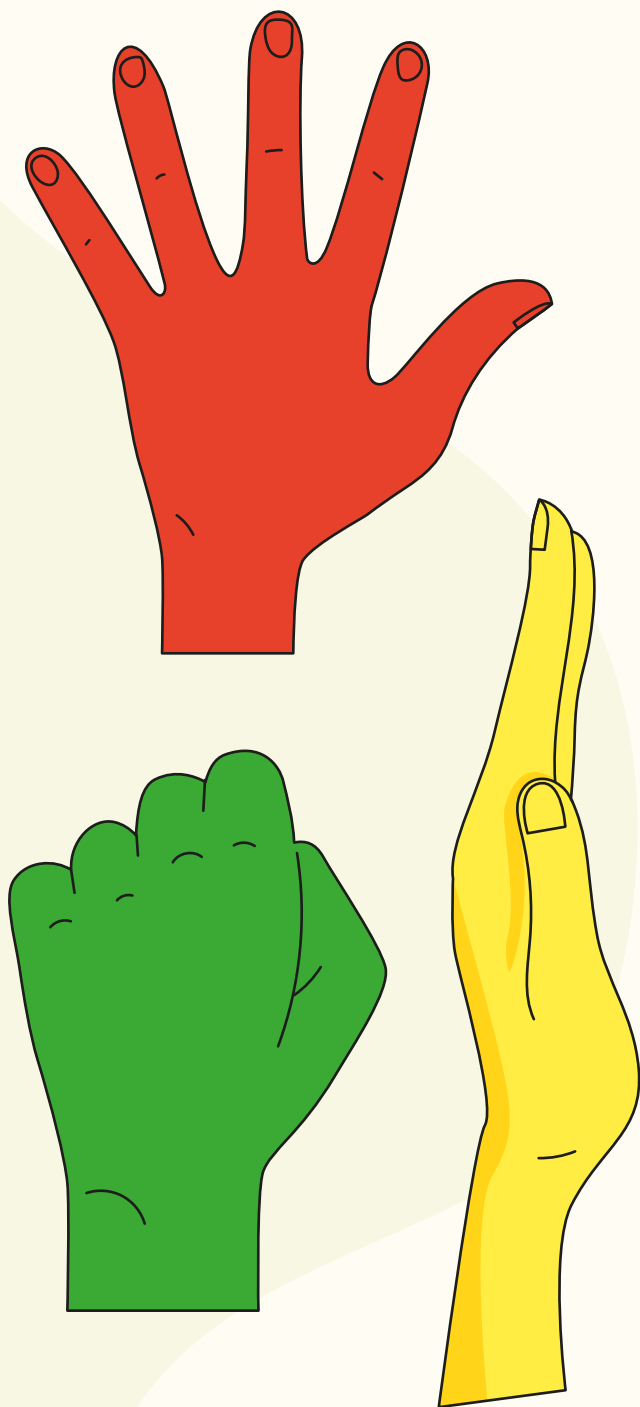


4. КОРАБЛИКИ

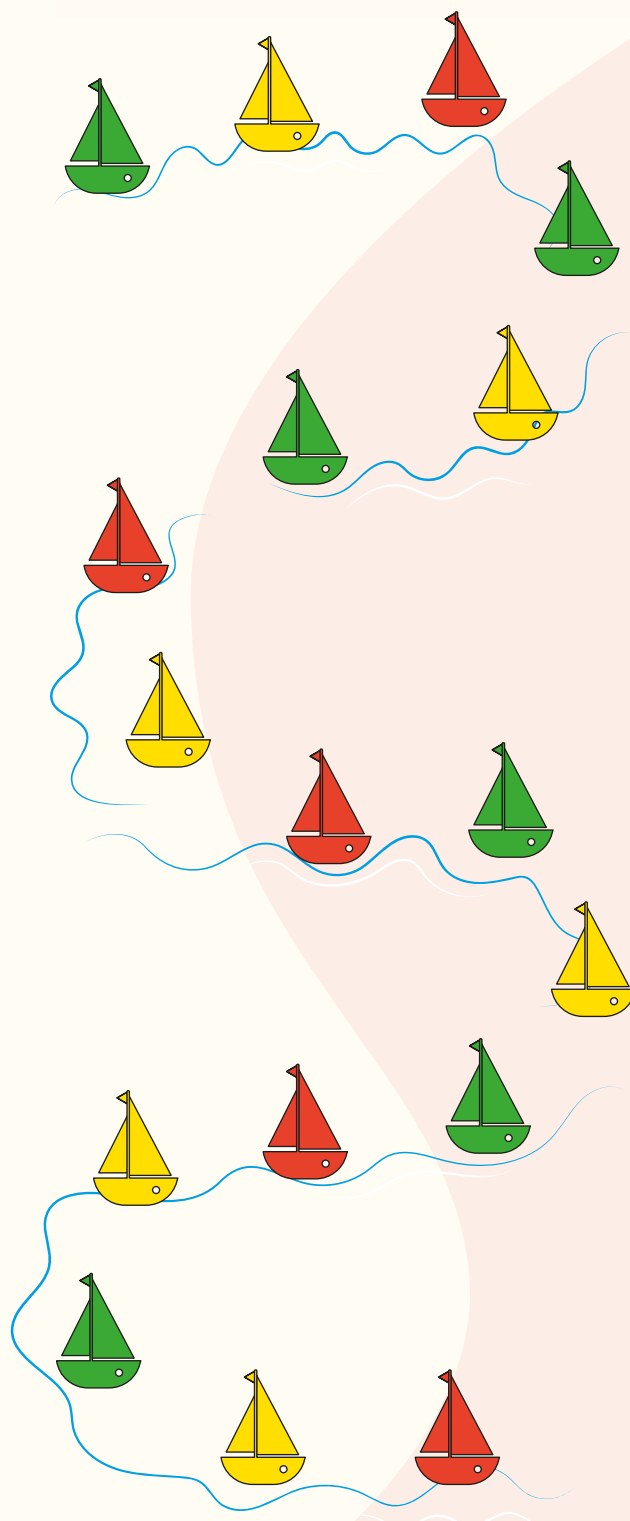
Лисёнок Макс сидел на берегу и наблюдал за корабликами. Он увидел, что надвигается буря и решил послать им зашифрованный сигнал жестами.

Инструкция: Пальцем правой руки показываем на цветной кораблик, а левой рукой прикасаемся ладошкой, кулачком или ребром к соответствующему по цвету жесту. Таким образом проходим по всей дорожке из корабликов от начала до конца.

Левая рука



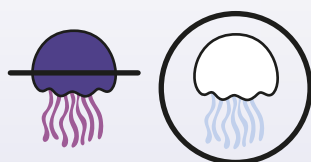
Правая рука



5. МЕДУЗЫ

Лисёнок Макс отправился покупать. В воде он увидел медуз. Белые медузы безвредные, а вот фиолетовые очень больно жалят. Давай поможем лисёнку Максиму избежать встречи с опасными медузами.

Инструкция: Фиолетовые медузы зачёркиваем горизонтальной чертой, а белые медузы обводим в круг. Делаем это одновременно двумя руками.



Левая		Правая		Левая		Правая	