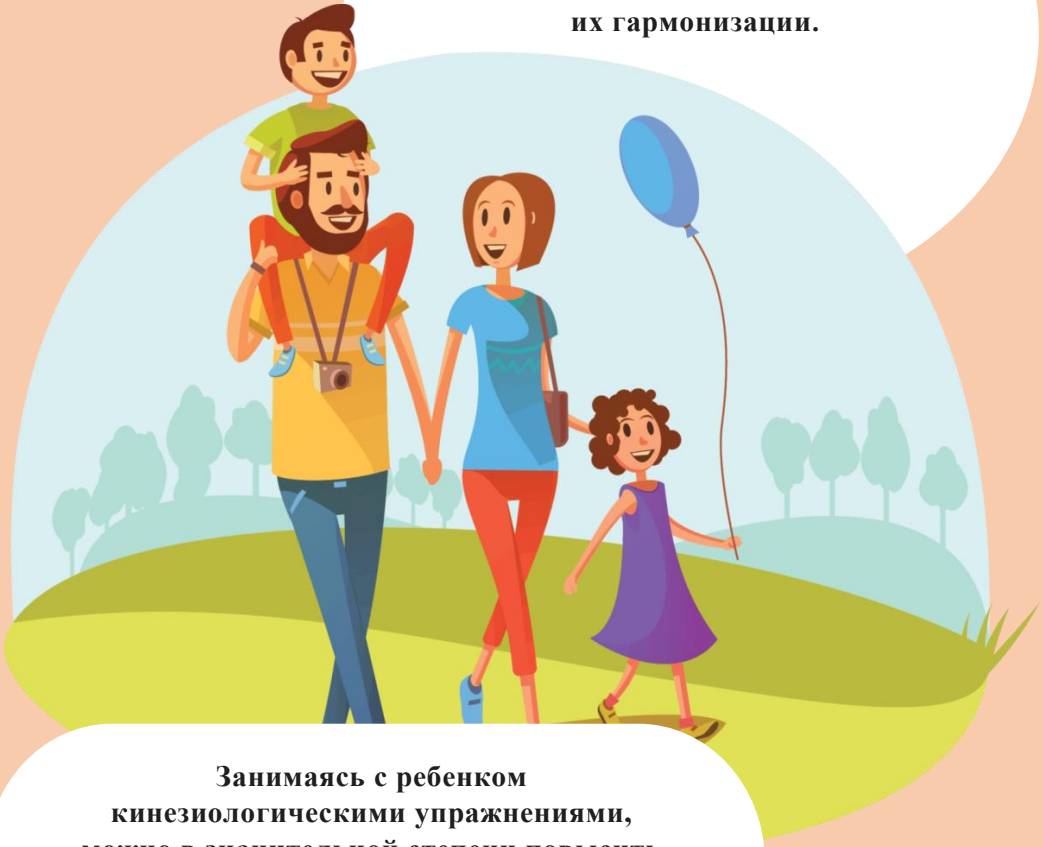
УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ВЫПОЛНЕНИЯ ДОМА С РОДИТЕЛЯМИ

1. Пусть малыш сядет на пол, притянет коленки к себе и обхватит их, спрятав голову в колени. Скажите ему, что он – цыпленок, и сейчас будет вылупляться из своего яйца на свет. Роль скорлупы на себя берет мама. Она садится сзади своего чада и обхватывает руками и ногами. Теперь «цыпленок» начинает «вылупляться», преодолевая прочность «скорлупы».

2. Малыш лежит на полу спиной. Ему нужно почувствовать пол тактильно каждой частью тела (затылком, шеей, плечами и т.д.) и описать словами, что он чувствует (пол теплый, холодный, ровный, бугристый, жесткий, мягкий). После этого мама берет одну руку малыша и немного ее растягивает, затем другую руку, затем – каждую ногу по очереди. Теперь ребенок представляет, что он – натянутая струна. Он должен растягивать сначала обе руки в стороны, затем обе ноги, затем – правую и левую часть тела по очереди (тянутся нога, бок и рука). Спина остается расслабленной, не выгибается.

3. Ребенок лежит на спине, смотрит точно перед собой, голова неподвижна. Мама берет небольшой яркий предмет и начинает двигать его перед глазами малыша сначала по основным направлениям, затем по диагоналям. Ребенок следит за предметом, не двигая головой. Сначала предмет находится на расстоянии вытянутой руки от ребенка, затем – вдвое меньше, и в конце – практически у переносицы. Упражнение делают медленно (на счет до 7), предмет фиксируют в каждом крайнем положении на тот же счет.

Кинезиология – наука о сложных механизмах взаимодействия структур головного мозга и способах их гармонизации.



Занимаясь с ребенком кинезиологическими упражнениями, можно в значительной степени повысить его интеллект именно за счет налаживания этой взаимосвязи между отделами мозга.