

ЕВГЕНИЯ БЕКЕТОВА

7-12
лет

5 ТЕХНИК

активизировать мозг ребёнка
перед уроком

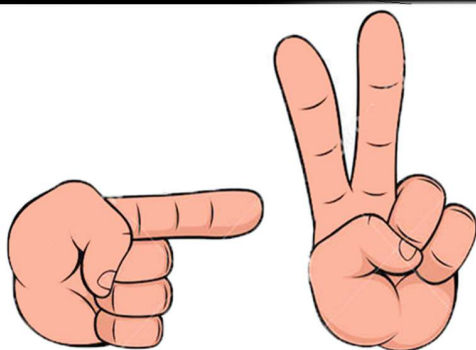
сборник упражнений



1. НЕЙРОГИМНАСТИКА

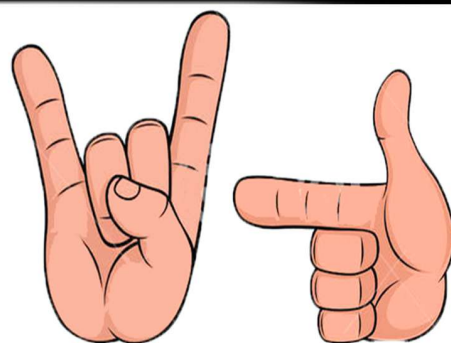
ИНСТРУКЦИЯ: Посмотрите на одну из карточек, повторите жесты с карточки, а после этого поменяйте жесты на руках местами. Между сменой жестов можно делать хлопок, чтобы усложнить упражнение.

1



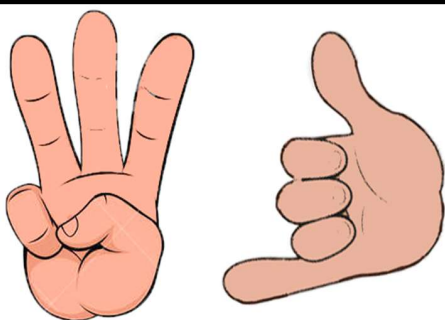
«Охотник и зайчик»

2



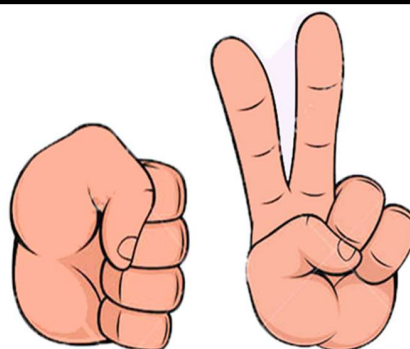
«Бычок и охотник»

3



«Королева и телефон»

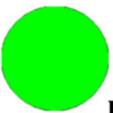
4

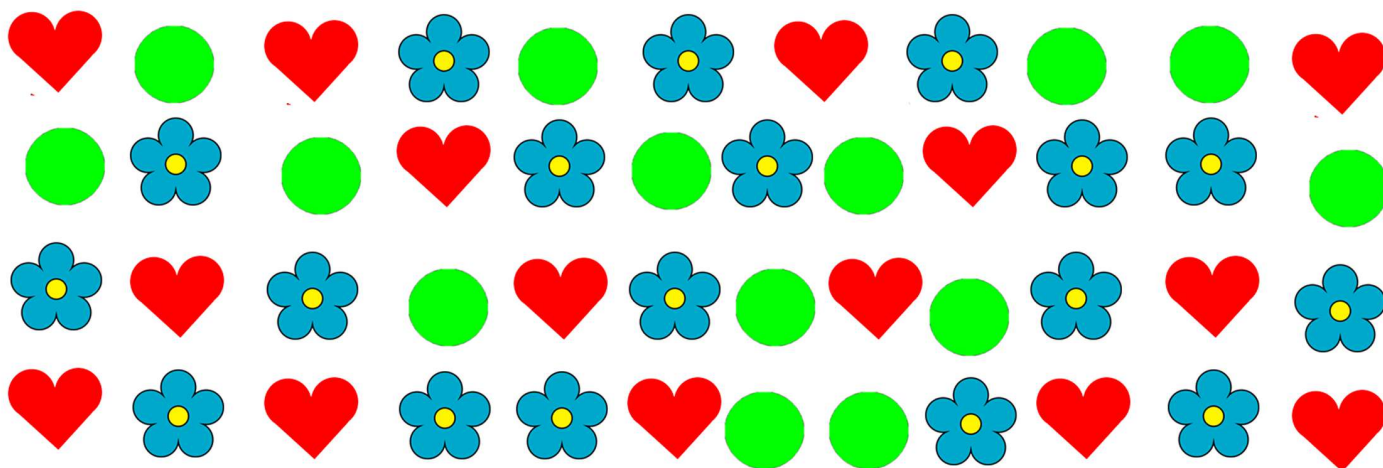


«Камень - Ножницы»

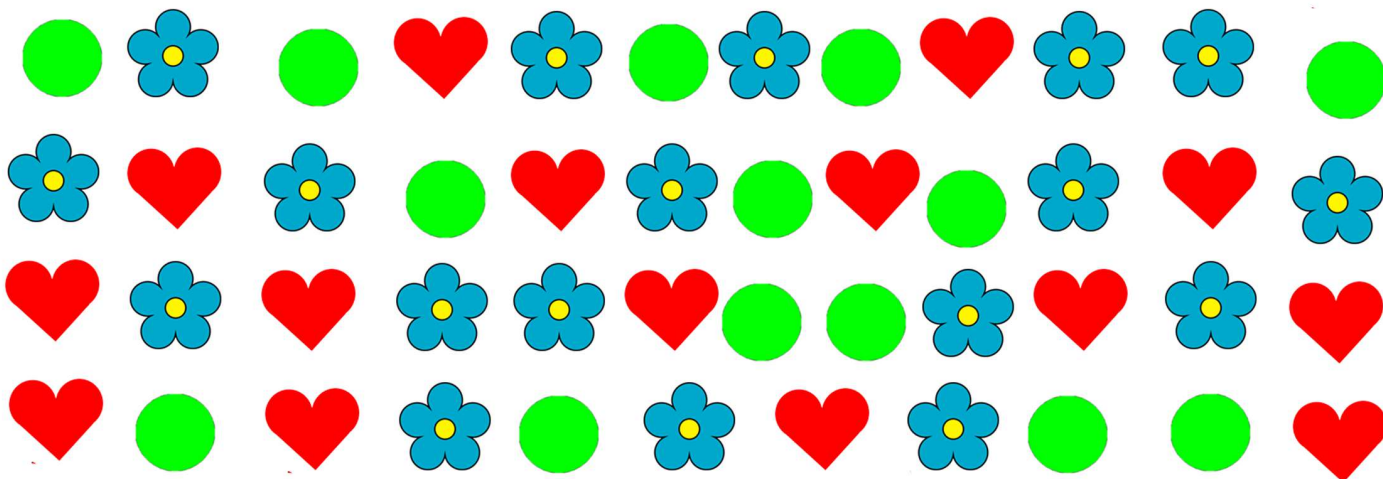
2. МЕЖПОЛУШАРНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

ИНСТРУКЦИЯ: Посмотрите на одну из карточек и выполните упражнение согласно инструкции как можно скорее, соотнеся движения и картинки.

1.  - хлопнуть  - показать большой палец «Здорово»  - показать «5»



2.  - поднять обе руки  - хлопнуть в ладоши  - показать «ОК»



3. УПРАЖНЕНИЕ НА ВНИМАНИЕ (Таблица Шульте)

ИНСТРУКЦИЯ: 1. Посмотрите на таблицу и как можно быстрее найди все числа от 1 до 30.

2. Переверни таблицу вверх ногами и найди все числа от 30 до 1.

1	9	6	10	25	30
26	3	27	7	20	17
12	14	19	2	22	21
28	23	8	18	4	13
15	11	29	16	5	24

4. СКОРОСТЬ РЕШЕНИЯ ЗАДАЧ

ИНСТРУКЦИЯ: Посмотрите на слова и как можно быстрее назовите их антонимы (слова противоположные по смыслу).

восход —

добро —

утро —

мир —

огонь —

труд —

лето —

друг —

грусть —

болтун —

храбрость —

грязный —

смелый —

громкий —

широкий —

толстый —

длинный —

сильный —

высокий —

женственный —

светлый —

далекий —

ИНСТРУКЦИЯ: Повторите жесты как можно скорее сначала одной рукой, а потом второй.



5. УПРАЖНЕНИЯ НА КОНЦЕНТРАЦИЮ

ИНСТРУКЦИЯ: Ниже вы увидите слова, в которых спрятаны другие слова. Прочитайте сначала слово написанное черным цветом, а потом слово написанное розовым цветом как можно быстрее.

ждирзунгь

длоемс

мгаошрионда

сетдоал

вмрыесмяь

ссанедг

зпаадмаячтаь

лоисеснть

шукроолка

нсолсон

двонирмоагнаие

очпаысты

спкраазвкдаа

идгерлао

ммаоглаозкион

омконрое

ИНСТРУКЦИЯ: Как можно быстрее назовите цвет, которым написано слово, не читая самого слова.

ЖЕЛТЫЙ

СИНИЙ

ОРАНЖЕВЫЙ

ЖЕЛТЫЙ

ЧЕРНЫЙ

КРАСНЫЙ

ЗЕЛЕНый

ЧЕРНЫЙ

РОЗОВЫЙ

ЖЕЛТЫЙ

КРАСНЫЙ

РОЗОВЫЙ

ОРАНЖЕВЫЙ

ЗЕЛЕНый

ЧЕРНЫЙ

ОРАНЖЕВЫЙ

СИНИЙ

КРАСНЫЙ

РОЗОВЫЙ

СИНИЙ

ЗЕЛЕНый

СИНИЙ

ОРАНЖЕВЫЙ

ЗЕЛЕНый