**Методическое пособие «Зарядка для мозга»**

Единство мозга складывается из деятельности двух его полушарий. Частенько, стараясь как можно лучше подготовить ребёнка к школе, мы тем самым заменяем его психическое развитие преждевременным обучением левого полушария. Хотелось бы предупредить об опасности чрезмерно раннего (до 5 с половиной лет) обучения буквам, цифрам, нотам, схемам, которые вытесняют образы, подавляют образное мышление. Может произойти ранняя и неправомерная стимуляция развития левого полушария головного мозга в ущерб правому - образному, творческому. В возрасте до 6 лет должно доминировать именно образное мышление. Развивающая работа должна быть направлена от движения к мышлению, а не наоборот. Кроме того, раннее обучение может спровоцировать невроз. Чтобы у детей не произошло перекоса на одну сторону, и не было нервного расстройства, можно заниматься специальными упражнениями. Упражнения направлены на улучшение внимания, на развитие навыков коммуникации, письма. После выполнения упражнений дети становятся внимательнее, спокойнее, в целом улучшается их успеваемость. Упражнения «Гимнастики мозга» дают возможность задействовать те участки коры больших полушарий, которые раньше не участвовали в обучении; повысить эффективность мышления – и потому, увеличить способность мозга к запоминанию. Оказалось, что упражнения работают не только для детей, но и для людей разных возрастов и занятий. Гимнастика мозга представляет собой простые и доставляющие удовольствие движения и упражнения, они помогают обучающимся любого возраста раскрывать те возможности, которые заложены в нашем теле.

**«Кулак-ребро-ладонь»**

     Ребёнку показывают три поло­жения руки на плоскости стола, последовательно сменяю­щих друг друга. Ладонь на плоскости, ладонь сжатая в ку­лак, ладонь ребром на плоскости стола, распрямленная ла­донь на плоскости стола. Ребенок выполняет пробу вместе с педагогом, затем по памяти в течение 8—10 повторений моторной программы.

     Проба   выполняется сначала правой рукой, потом — левой, затем — двумя руками вместе.

     При усвоении программы или при затруднениях в выполнении инструкций педагог предлагает ребенку помогать себе командами («ку­лак—ребро—ладонь»), произносимыми вслух или про себя.



