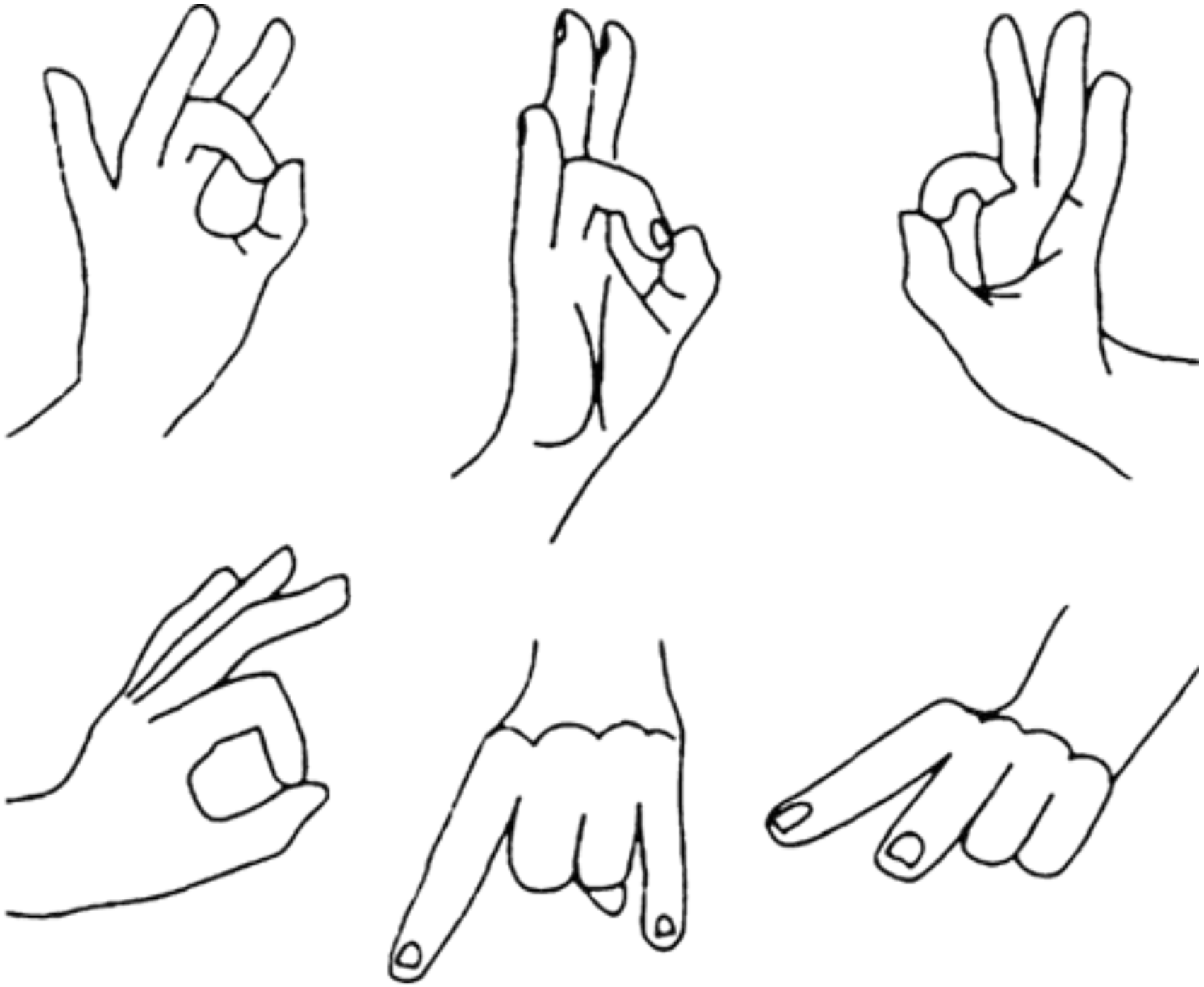
Пальчиковая гимнастика. Гимнастика для мозга

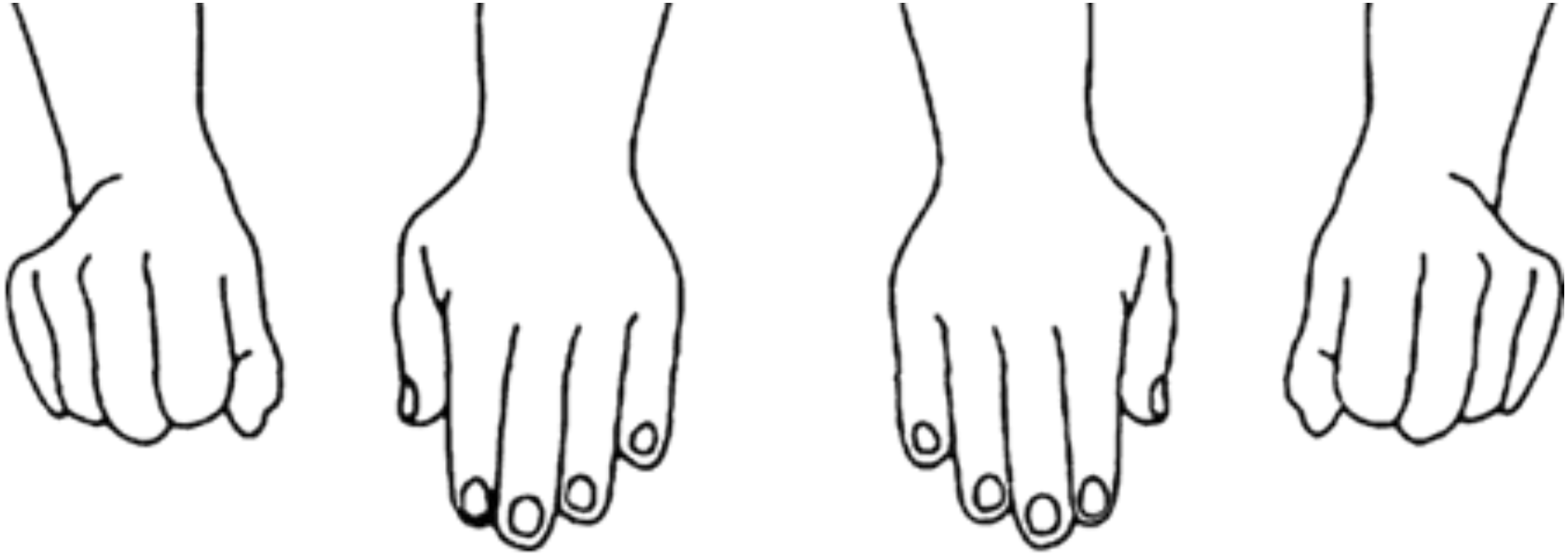
Последовательно выполнить следующие упражнения







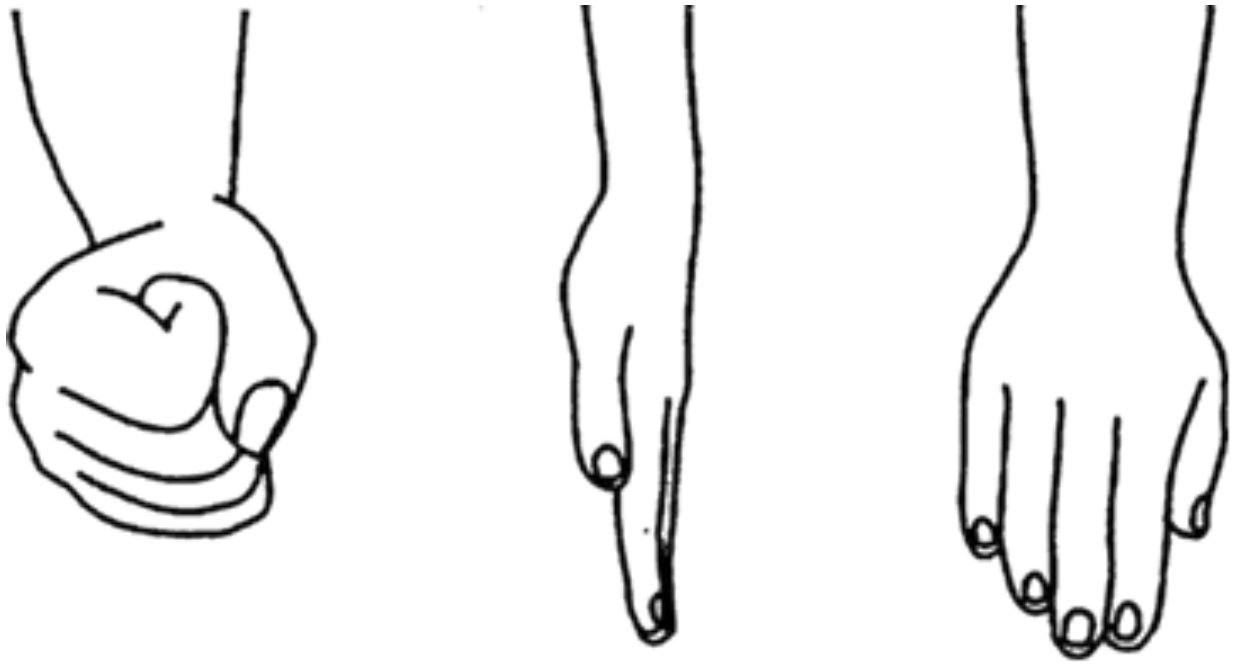
Поочерёдно сжимать и разжимать правую и левую руки.

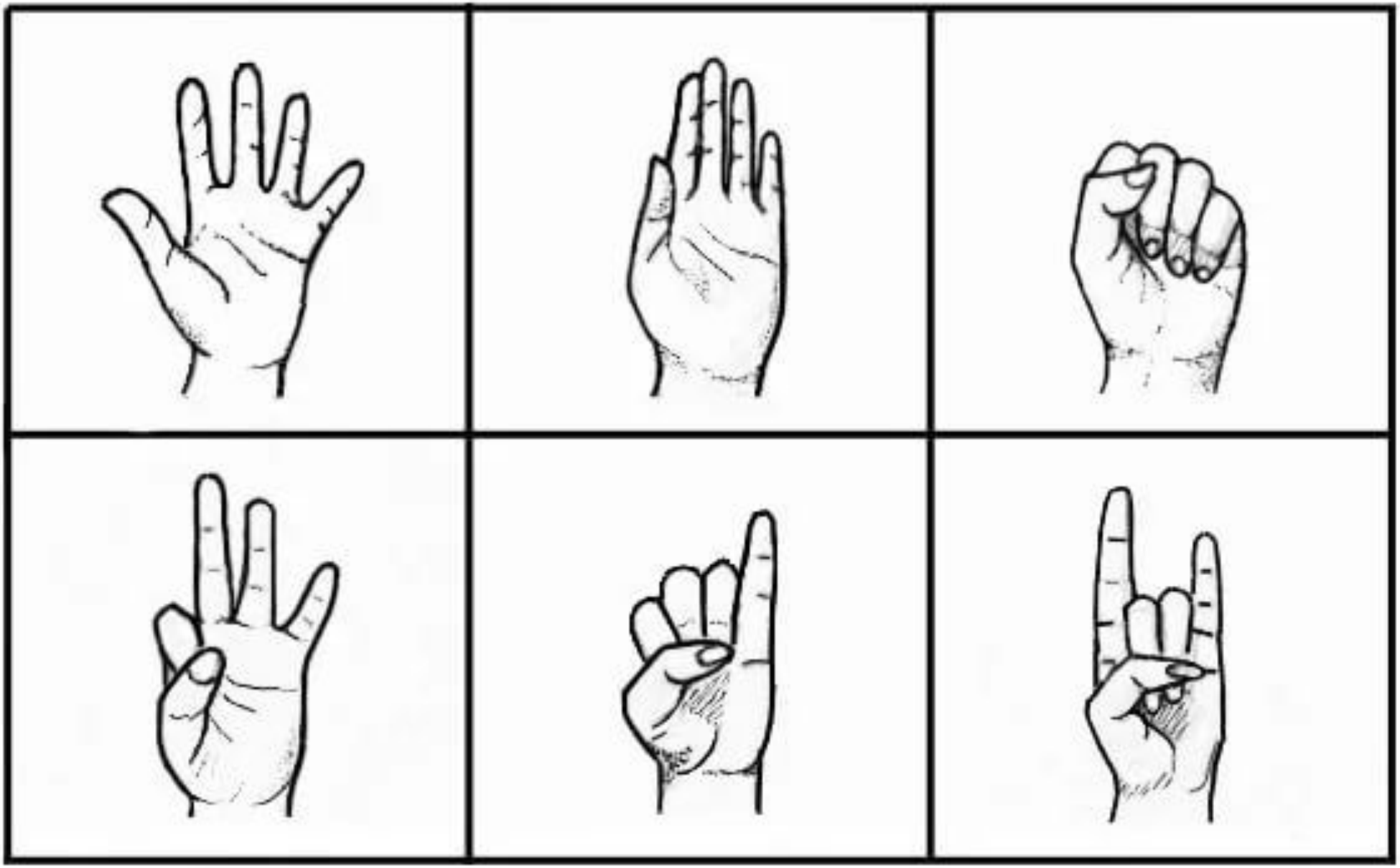


Теперь добавьте хлопок перед сменой движения рук.

«Кулак – ребро – ладонь»

Выполнять последовательные движения. Меняется лишь поза, сама рука не меняет место расположения. Задания выполнять сначала устно проговаривая команду, потом молча, начать медленно, постепенно увеличивая темп.
Поменять последовательность движений :
н-р, «ребро – ладонь – кулак»





Упражнение «Разноцветный текст»

УПр

Упражнение «Жесты»