

НЕЙРОПРОПИСИ

ДЛЯ РАЗВИТИЯ

МЕЖТОЛУЩАРНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ



ЛЁГКИЙ
СПОСОБ
ПОДГОТОВКИ
К ШКОЛЕ!

- Готовность к письму
- Развитие мышления
- Простые и весёлые задания
- Для детей 5-7 лет

Уважаемые взрослые!

Успешность обучения детей во многом зависит от своевременного развития межполушарных связей. Самый плодотворный и лёгкий период для их развития приходится на 5–7 лет, когда кора больших полушарий ещё не окончательно сформирована.

Используя специально подобранные задания, выполняя которые ребёнок задействует правую руку, левую руку или обе руки одновременно, мы создаём условия для улучшения межполушарной интеграции, что способствует более успешному обучению и формированию школьно-значимых навыков.

В этом тренажёре представлен практический материал по развитию межполушарного взаимодействия у детей младшего школьного возраста. Система заданий основана на нейропсихологическом подходе, доказавшем свою высокую эффективность. Предлагаемые задания опираются на два взаимодополняющих приёма — это активизация нейродинамики (заданий, поднимающих тонус коры головного мозга) и нейрографики (рисования двумя руками, мягко активизирующему головной мозг, обеспечивая слаженную и эффективную работу различных мозговых зон).

При работе с нейропрописью рекомендуем использовать комплексный подход, включающий оба приёма в одном занятии. Например: 1–4 задания на основе активизации нейродинамики (используя их как тонизирующую разминку) и 1–4 задания на основе нейрографики (в одно занятие включать более 4 заданий по нейрографике не рекомендуется). Выполнять задания можно в любой последовательности. Ребёнок 8 лет и старше может выполнять задания самостоятельно, а тем, кто помладше, желательно направляющее участие взрослого. Чтобы эффект от занятий был максимально высок, при работе с нейропрописью важно соблюдать одно правило: занятие должно носить систематический характер, тренировкой нужно заниматься ежедневно по 10–15 минут, желательно в первой половине дня.

Тренажёр можно использовать как для домашних занятий с ребёнком, так и для проведения развивающей деятельности в школе, например, в течение продлённого дня.

Желаем вам успешного обучения и развития!

Педагог-психолог
Трясорукова Татьяна

НЕЙРОДИНАМИКА

Задание 1



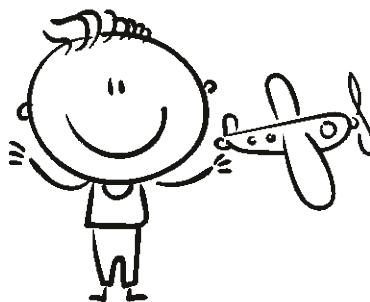
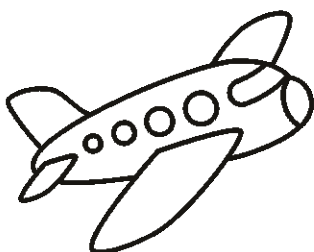
Исх. пол.: стоя.
Глаза закрыты.
Шагай на месте в течении 1 мин.



Исх. пол.: стоя.
Глаза закрыты.
Вытянув ногу чуть вперёд,
дотрагивайся до пола то пяткой,
то носком. Сначала правой,
затем левой ногой.
Выполняй движения
в течение 1 мин
в быстром темпе.

Исх. пол.: стоя, руки на поясе.
Глаза закрыты.
Удерживай равновесие на правой
и левой ноге поочерёдно
в течение 30 сек.

Исх. пол.: стоя, руки на поясе.
Глаза закрыты.
Прикасайся правой рукой через
голову к левому уху,
а левой рукой — к носу.
Затем меняй позиции рук
в обратном направлении.
Выполняй движения
в течение 1 мин.

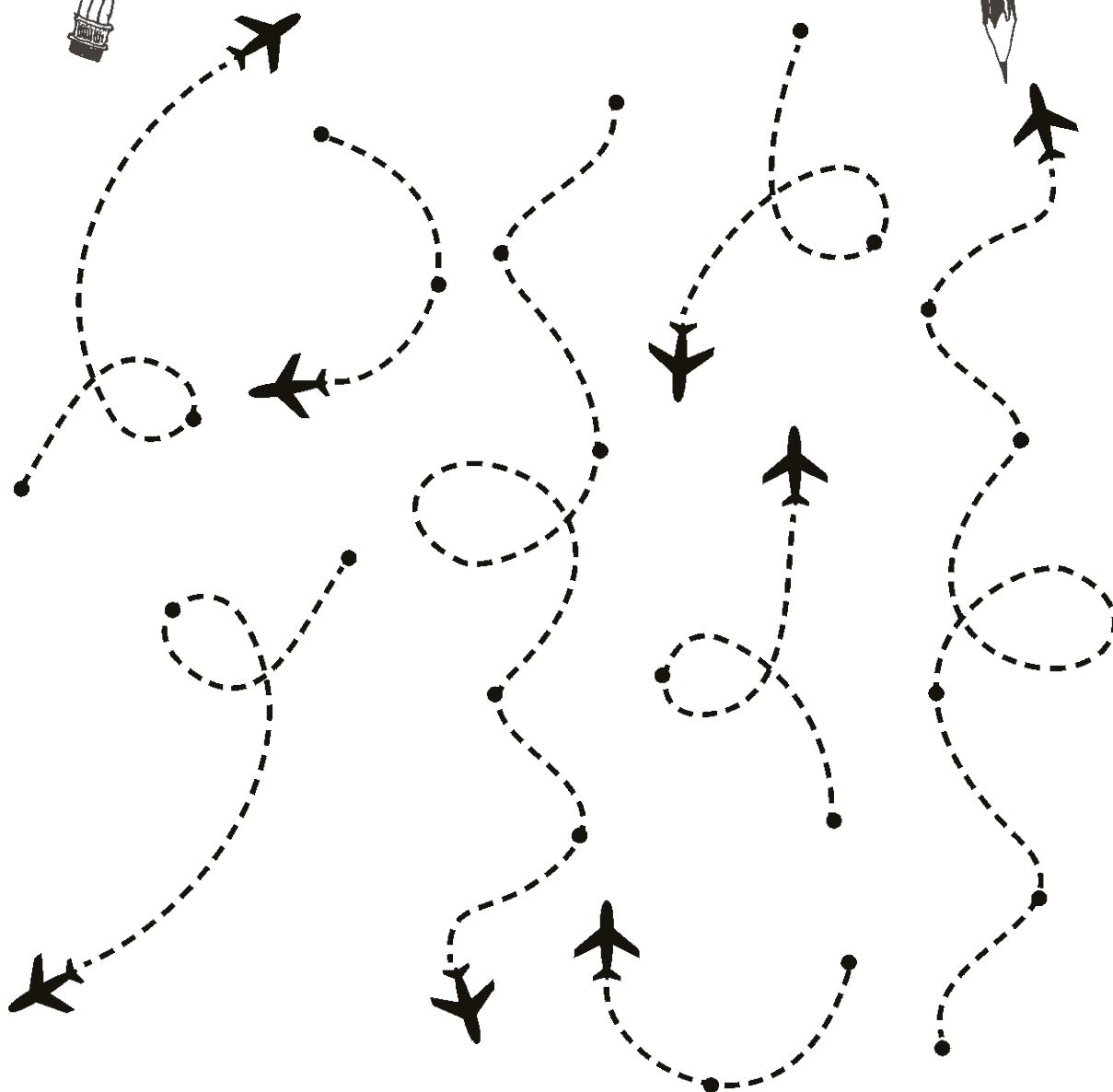


НЕЙРОГРАФИКА

Задание 2

Проведи линии по пунктиру с учётом инструкции:

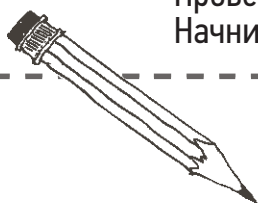
- Самолёт летит вверх — води линию левой рукой.
- Самолёт летит вниз — води линию правой рукой.
- В местах точек делай остановку.



НЕЙРОГРАФИКА

Задание 3

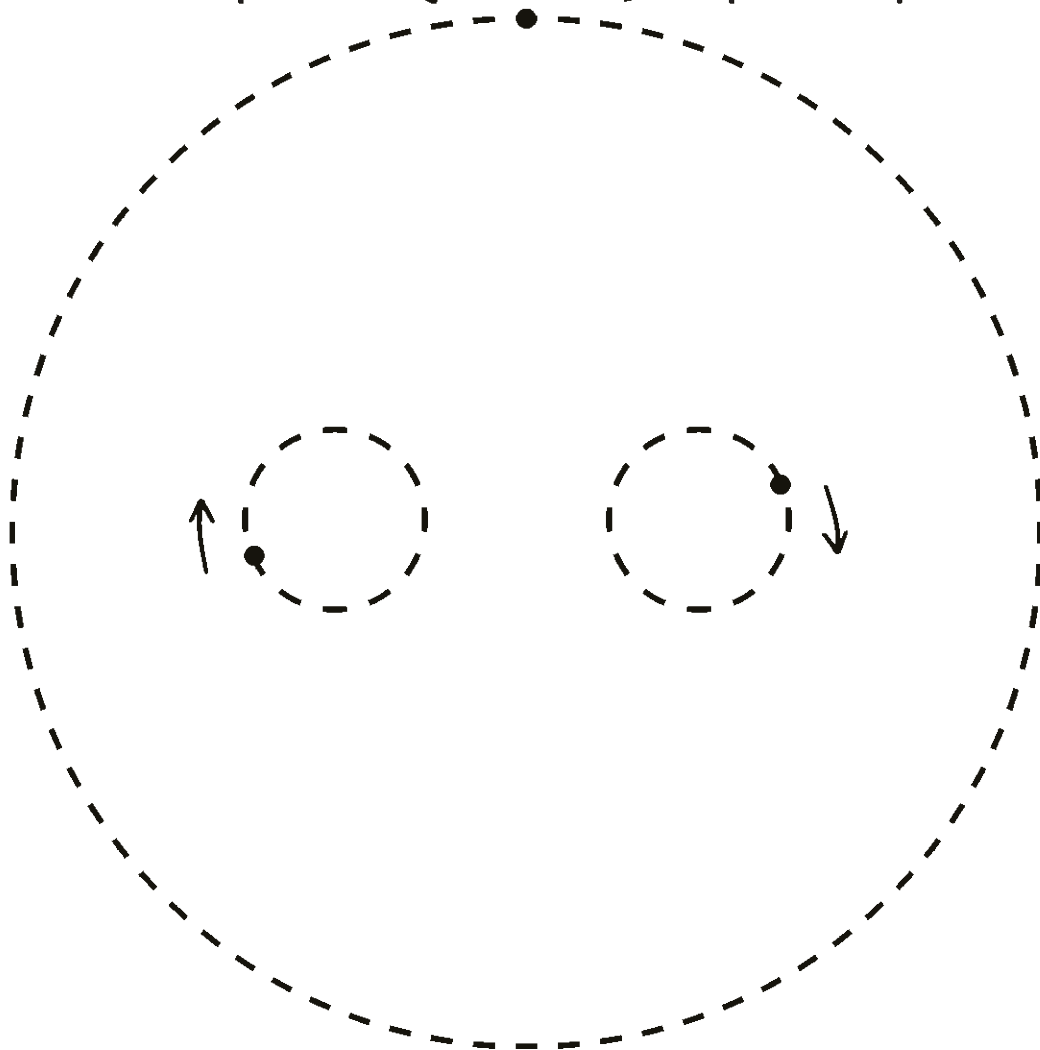
Проведи линии по пунктиру одновременно двумя руками.
Начни от точки. Следи за синхронностью движений рук.



Левая рука



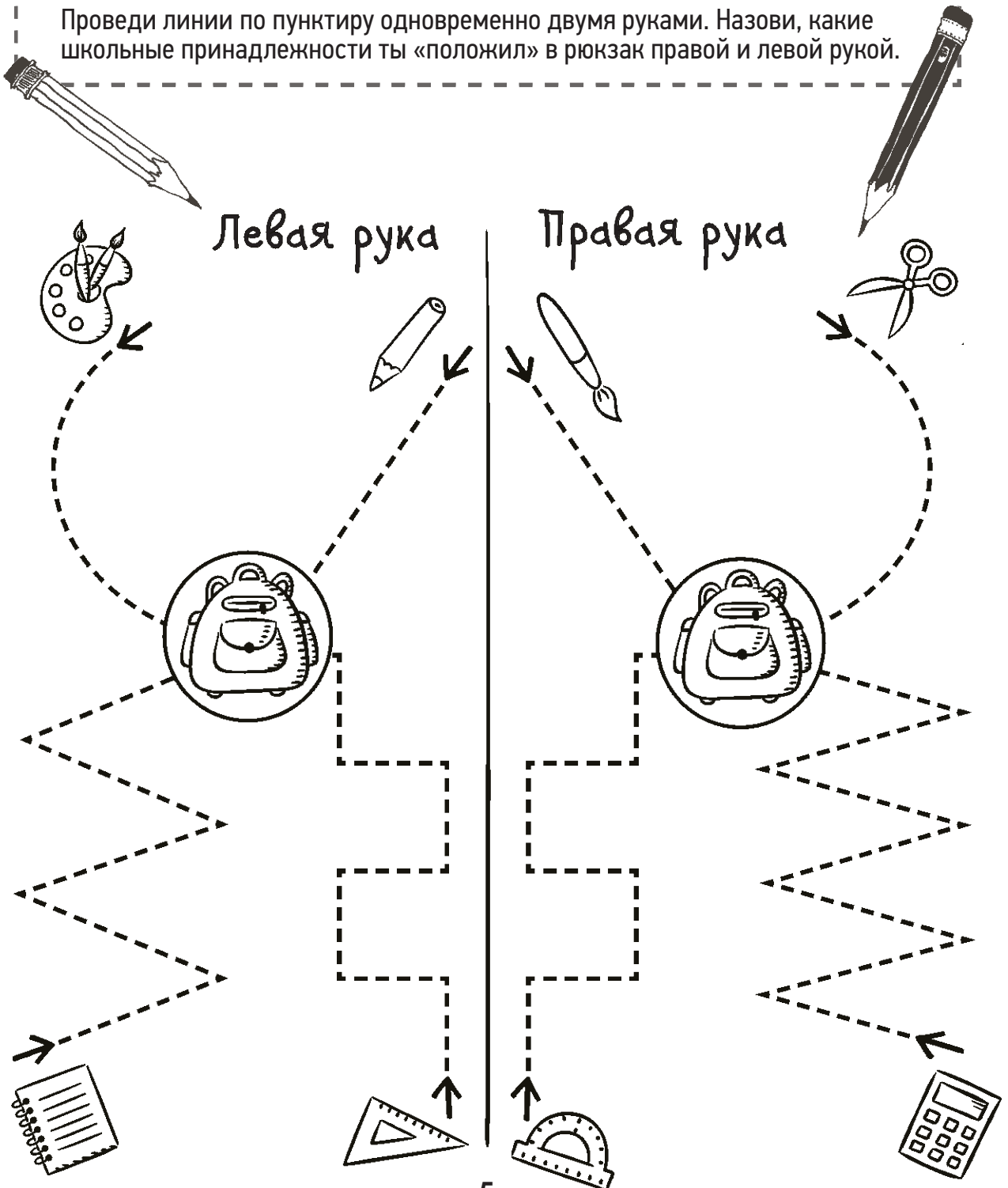
Правая рука



НЕЙРОГРАФИКА

Задание 4

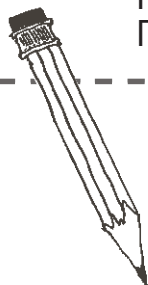
Проведи линии по пунктиру одновременно двумя руками. Назови, какие школьные принадлежности ты «положил» в рюкзак правой и левой рукой.



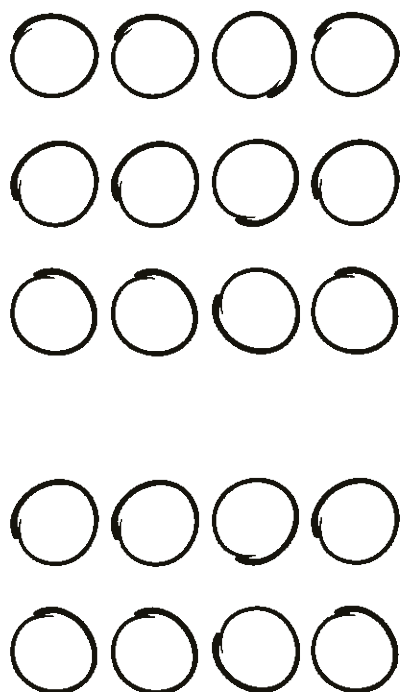
НЕЙРОГРАФИКА

Задание 5

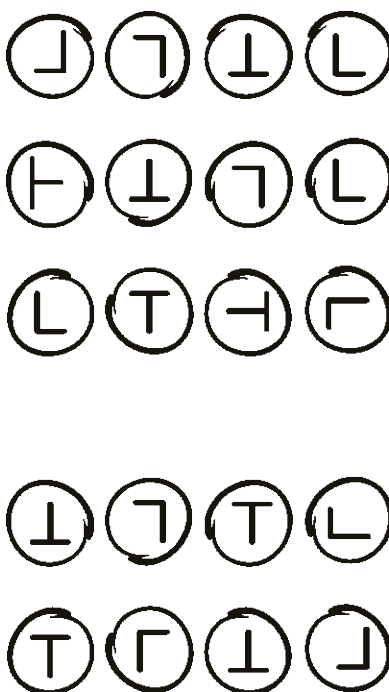
Напиши знаки по образцу одновременно двумя руками.
Постарайся работать максимально быстро.



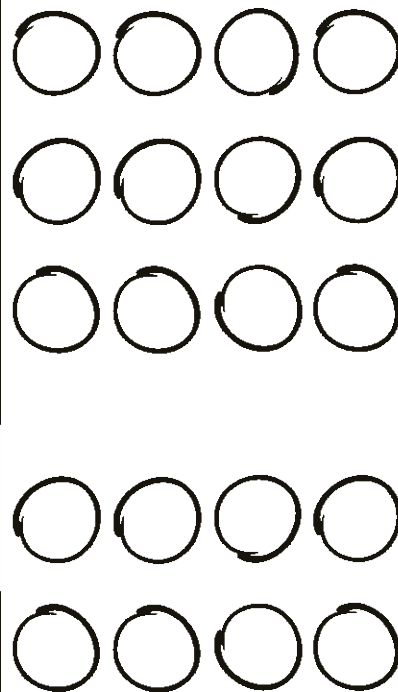
Левая рука



Образец



Правая рука



НЕЙРОДИНАМИКА

Задание 6



Исх. пол.: сидя за столом.
Положи руки на стол ладонями
вниз, затем одновременно
сжимай кулаки и снова клади
ладонями на стол.
Выполняй движения в быстром
темпе в течение 1 мин.

Исх. пол.: сидя за столом.
Положи руки на стол ладонями вниз.
Правую руку сожми в кулак, левую
положи ладонью на стол, затем
поменяй положения рук.
Выполняй движения в быстром
темпе в течение 1 мин.

Исх. пол.: сидя за столом.
Ладонь правой руки положи на
стол, разведи пальцы.левой
рукой по одному поднимай
пальцы правой руки за кончик,
затем отпускай (палец падает/
опускается на стол со стуком
о поверхность стола).
Выполняй движения в быстром
темпе в течение 30 сек.
Повтори задание на
противоположной руке.

Исх. пол.: сидя за столом.
Проведи самомассаж
подушечек пальцев.
Кисть правой руки положи
на стол ладонью вниз, разведи
пальцы. Указательным пальцем
левой руки по очереди прижимай
каждый палец (в области
ногтевой пластины) к поверхности
стола, как бы катая его
на подушечке вправо-влево.
Выполняй движения для каждого
пальца в течение 5–10 сек.
Повтори задание на
противоположной руке.



УДК 327.3
ББК 74.102
Т80

Серия «Нейропрописи»
«Нейропрописи» сериясы
Издание развивающего обучения
Дамытпалы оқыту басылымдары
Для занятий взрослых с детьми (текст читают взрослые)
Бастауыш мектеп жасындағы балаларға арналған (мәтінді ересектер оқиды)
Для дошкольного и младшего школьного возраста
Мектепке дейінгі және бастауыш мектеп жасына арналған

Трясорукова Татьяна Петровна
НЕЙРОПРОПИСИ ДЛЯ РАЗВИТИЯ МЕЖПОЛУШАРНОГО
ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ. 5–7 ЛЕТ
ЖАРТЫ ШАР АРАЛЫҚ ӨЗАРА ӘРЕКЕТТЕСУДІ ДАМУЫҒА
АРНАЛҒАН НЕЙРОПРОПИС. 5–7 ЖАС

Дизайн обложки *К. Грачиковой*
Редактор *Е. Горшкова*. Ответственный редактор *Т. Гавердовская*
Корректор *Р. Низяева*. Технический редактор *Е. Кудиярова*. Дизайн и вёрстка *М. Мельниковой*

Подписано в печать 10.03.2025. Дата изготовления: апрель 2025
Формат 84х108/16. Печать офсетная. Бумага типографская. Гарнитура Pragmatica
Пішімі 84х108/16. Типографиялық қағаз. Офсеттік баспа
Усл. печ. л. 5,04. Тираж 3 000 экз. Заказ №

Общероссийский классификатор продукции ОК-034-2014 (КПЕС 2008) — 58.11.1 — книги, брошюры печатные
Книжная продукция ТР ТС 007/2011
Произведено в Российской Федерации

Изготовитель: ООО «Издательство АСТ»
129085, Российская Федерация, г. Москва, Звёздный бульвар, дом 21, строение 1, комната 705, пом. I, 7 этаж
Наш электронный адрес: ask@ast.ru Наш сайт: www.ast.ru

Адрес места осуществления деятельности по изготовлению издательской продукции:
123112, Российская Федерация, г. Москва, Пресненская набережная, д. 6, стр. 2,
Деловой комплекс «Империya», 14, 15 этаж



Ресей Федерациясында өндірілген
Өндіруші: «Издательство АСТ» ЖШҚ
129085, Ресей Федерациясы, Мәскеу, Звёздный бульвары, 21-й, 1-құрылыс, 705-бөлме, I үй-жай, 7-қабат
Біздің электрондық мекенжайымыз: www.ast.ru E-mail: ask@ast.ru

Өнім өндіру қызметін жүзеге асыру мекенжайы:
123112, Ресей Федерациясы, Мәскеу, Пресненская ж.б., 6-үй, 2-құр., «Империya» іскерлік кешені, 14, 15-қабат
Интернет-дүкен: www.book24.kz
Импортёр в Республику Казахстан, дистрибутор и представитель по приёму претензий на продукцию в Республике Казахстан:
ТОО «РДЦ-Алматы», г. Алматы, Қазақстан Республикасына импорттаушы «РДЦ-Алматы» ЖШС.
Дистрибутор және Қазақстан Республикасында өнімге шағымдар қабылдау жөніндегі өкіл: «РДЦ-Алматы» ЖШС.
Домбровский көш., 3-а, Б литері, офис 1. Тел.: 8 (727) 2 51 59 90, 91, факс: 8 (727) 251 59 92 ішкі 107;
E-mail: RDC-Almaty@eksmo.kz, www.book24.kz Өндірілген күні: сәуір 2025
Өнімнің жарамдылық мерзімі шектелмеген. Сертификаттауға жатады КО ТР 007/2011 техникалық регламентінің талаптарына сәйкес келеді

Трясорукова, Татьяна Петровна.
Т80 Нейропрописи для развития межполушарного взаимодействия. 5–7 лет / Т. Трясорукова. — Москва : Изда-
тельство АСТ, 2025. — 78, [2] с. : ил. — (Нейропрописи).

ISBN 978-5-17-170324-0.

Как облегчить ребёнку освоение чтения, письма, счёта и лучше развить его способности? Мозг состоит из двух полушарий. Левое отвечает за речь, логику, математические навыки и т. п. Правое — за пространственное восприятие, креативность, образное мышление, интуицию и т. п. Для эффективной работы мозга необходимо взаимодействие полушарий. Простые и увлекательные упражнения из этой книги активизируют работу мозга, концентрируют внимание, увеличивают интеллектуальный потенциал ребёнка. Автор книги Татьяна Трясорукова — опытный педагог, психолог, создатель развивающих методик и пособий поможет легко подготовиться к поступлению в школу.

Для дошкольного и младшего школьного возраста.

Мы в социальных сетях. Присоединяйтесь!
<https://vk.com/ast.deti> <https://t.me/astdeti>
<https://zen.yandex.ru/astdeti>

© Трясорукова Т. П., текст, 2025
© ООО «Издательство АСТ», 2025



В оформлении использованы материалы, предоставленные фотобанком Shutterstock/FOTODOM