

буква	женское имя	мужское имя	город	растение	животное
И	Ирина	Иван	Иркутск	ирга	индюк
С	Светлана	Сергей	Сургут	слива	собака
Г	Галина	Глеб	Грозный	горох	гусь
П	Полина	Павел	Псков	пижма	павлин
К	Катя	Кирилл	Курск	кактус	крот

3. Группировка. Упражнение направлено на развитие памяти. Проводится в парах, можно вместе с детьми.

Попросите помощника выбрать 12 маленьких игрушек (можно использовать киндер-сюрпризы) и положить перед вами. Смотрите на них 30 секунд, стараясь запомнить. Затем отвернитесь, а помощник пусть уберет 4 игрушки. Что пропало? Назовите. Трудно вспомнить? Тогда попробуйте следующее.

Сгруппируйте игрушки. Например, по цветам, или «животные – люди», или же как-то иначе. Пусть ваш помощник спрячет уже 5 игрушек. Какие пропали? Удалось вспомнить? Постепенно задачу можно усложнять: менять игрушки, брать больше 12, прятать большее количество игрушек, искать такие, которые трудно сгруппировать.

4. Письмо левой рукой развивает пространственное мышление, эмоциональный интеллект и воображение. У большинства людей левая часть мозга, отвечающая за правую часть тела, является ведущей. Если же приучить себя развивать навыки такого же мастерского управления противоположной стороной, можно стать более сообразительным и творческим человеком.

Возьмите ручку или карандаш в левую руку и напишите что-нибудь позитивно-вдохновляющее. Например, «Сегодня прекрасный день. Моя память улучшается с каждым днем». Получилось? Не переживайте, если написанное оставляет желать лучшего. Ежедневная тренировка обязательно приведет к нужному результату.

Как вариант можно также левой рукой раскрашивать льюбые изображения. Кстати, данное упражнение пользуется

особенным успехом у детей. Бабушка может даже посоревноваться с внуками, у кого лучше получится раскрасить левой рукой бабочку или мышку?

5. Таблицы Шульте при регулярном использовании позволяют развивать объем, переключаемость внимания, расширяют поле зрения и даже повышают скорость чтения.

Посмотрите на таблицу 1. Используя указательный палец одной руки, касаясь необходимых квадратов, найдите все числа по порядку от 1 до 25. За сколько справились?

Теперь, используя указательные пальцы обеих рук, по очереди касаясь то левым, то правым указательным пальцем, найдите все числа по порядку от 1 до 25.

Левым указательным пальцем касаемся цифры «1», правым – цифры «2», левым – цифры «3», правым – цифры «4» и так далее. Получилось? Замечательно.

А теперь задание посложнее. Перед вами таблица 2. В ней находятся парные числа двух цветов. Вначале найдите все черные числа от 1 до 25. Потом все красные от 1 до 25. А теперь, используя указательные пальцы обеих рук (левая рука отвечает за черный цвет, правая – за красный), по парам одновременно находите все числа от 1 до 25. Получилось, но было сложнее? Все правильно, так и должно быть. Мы развиваемся только тогда, когда нам сложно.

6. Одинаковые цифры. Перед вами ряд одинаковых цифр. Используя группировки цифр, арифметические действия и скобки, добейтесь нужного результата.

- 1 1 1 1 = 22
- 1 1 1 1 = 110
- 3 3 3 = 6
- 3 3 3 3 3 = 300
- 4 4 4 4 = 10

Все решили? Тогда сверим с ответами:

- 1 1 + 1 1 = 22
- 1 1 1 – 1 = 110
- 3 x 3 – 3 = 6
- 3 3 3 – 3 3 = 300
- (4 4 – 4) : 4 = 10