**Кинезиологические упражнения для развития межполушарного взаимодействия**

Упражнения развивают мозолистое тело, повышают стрессоустойчивость, синхронизируют работу полушарий, улучшают мыслительную деятельность, способствуют улучшению памяти и внимания, облегчают процесс чтения и письма. Упражнения необходимо проводить ежедневно в течение 6-8 недель по 15-20 минут в день. Для постепенного усложнения упражнений можно использовать:

* ускорение темпа выполнения,
* выполнение упражнений с легко прикушенным языком и закрытыми глазами (исключение речевого и зрительного контроля),
* подключение движений глаз и языка к движениям рук,
* подключение дыхательных упражнений и метода визуализации.

Ниже представлены ссылки на видео (комплексы расположены по мере сложности)

1 комплекс <https://www.youtube.com/watch?v=1IXN5LJIudY>

2 комплекс <https://www.youtube.com/watch?v=D2qdUV9UF2U>

3 комплекс <https://www.youtube.com/watch?v=JRUN-KHUBWs>