

Задание № 1

№1. Активная разминка для повышения концентрации внимания - "Алфавит".

Задача:

верхний ряд – буквы, которые нужно называть вслух,

нижний ряд – буквы, которые обозначают какую руку поднимать вверх (П – правая, Л – левая, О – обе),

одновременно называйте верхнюю букву и поднимайте нужную руку.

Упражнение улучшает концентрацию и внимательность.

А Л	Б П	В О	Г П	Д Л
Е О	Ж Л	З П	И О	Й Л
К Л	Л П	М О	Н П	О О
П Л	Р О	С Л	Т П	У О
Ф П	Х Л	Ц П	Ч О	Ш Л
Щ О	Ы Л	Э П	Ю Л	Я П

№2. «Последовательность цифр 1»

Задача: в таблице разбросаны числа от одного до двадцати пяти, которые необходимо быстро и последовательно находить.

1	24	9	18	11
8	5	7	4	14
22	2	20	17	3
23	16	15	10	13
19	12	6	25	21

№3. «Продолжи узор»

Задача: даны образцы узоров, их надо запомнить и продолжить точно также, как на примере.

