

## Определяем ведущее полушарие (тест)

Данный метод основан на выполнении нескольких проб, оценивающих ведущий глаз, ведущую руку и ведущую сторону вращения.

Вам предлагается последовательно выполнить задания, затем оценить задание и определить ведущее полушарие (**каждый пункт соответствует одному баллу**). Задание и критерии оценки приведены ниже

### Выполняемое задание:

Переплести пальцы рук.

### Оценка ведущего полушария:

Сверху большой палец правой руки -  
ведущее полушарие левое, сверху большой  
палец левой руки - правое.

### Выполняемое задание:

Испытуемый держит  
вертикально в вытянутой руке карандаш,  
фиксируя его взором на определенной точке,  
поочередно захватывает правый и левый глаз

### Оценка ведущего полушария:

Карандаш смещается при закрывании правого глаза -  
ведущее полушарие левое; смещается при закрывании  
левого глаза - ведущее полушарие правое

## Определяем ведущее полушарие (тест)

Выполняемое задание:

Имитировать позу Наполеона

Оценка ведущего полушария:

Кисть левой руки первой направляется к предплечью правой руки и оказывается сверху - ведущая левая рука; ведущее полушарие правое; кисть правой руки направляется к предплечью левой руки - ведущая правая рука и левое полушарие.

Выполняемое задание:

Имитировать аплодисменты

Оценка ведущего полушария:

Сверху находится правая рука - ведущее полушарие левое и наоборот

Выполняемое задание:

Провести прямую вертикальную черту, разделяющую чистый лист бумаги на две части.

Оценка ведущего полушария:

Линия ближе к правому краю листа - ведущее правое полушарие; линия ближе к левому краю - ведущее левое полушарие.

Тренер: Ирина Резников

Академия разумной жизни

## Определяем ведущее полушарие (тест)

Выполняемое задание:

Нарисовать треугольник и квадрат левой и правой рукой.

Оценка ведущего полушария:

Лучше и быстрее нарисованы фигуры правой рукой - ведущее левое полушарие и наоборот

Выполняемое задание:

Нарисовать круг - завершив его стрелкой

Оценка ведущего полушария:

Стрелка указывает направление против часовой стрелки - ведущее полушарие левое; по часовой - правое.

Выполняемое задание:

Сидя на стуле, положив ногу на ногу

Оценка ведущего полушария:

Сверху правая нога - ведущее полушарие левое и наоборот

## Определяем ведущее полушарие (тест)

Выполняемое задание:

Стоя кружиться в удобную сторону.

Оценка ведущего полушария:

Кружится против часовой стрелки - ведущее полушарие левое и наоборот

Выполняемое задание:

Быстро моргнуть одним глазом.

Оценка ведущего полушария:

Быстрее моргает правый глаз - ведущее полушарие правое и наоборот. Быстрее моргает доминирующий глаз

Выполняемое задание:

Поставить произвольное количество палочек левой и правой

рукой за 10 сек. и подсчитать их количество.

Оценка ведущего полушария:

Больше поставлено палочек правой рукой – ведущее полушарие левое и наоборот.

Одинаковое количество – правое полушарие.

## Определяем ведущее полушарие (тест)

Итоговая оценка подсчитывается следующим образом: разница между суммой баллов левого и суммой баллов правого полушария делится на 11 и умножается на 100.

Результаты сопоставляются с нормативными данными.

Полученный показатель

составляет:

1. Больше или = 30 – полное доминирование левого полушария.
2. О 10 до 30 – неполное доминирование левого полушария.
3. От 10 до -10 – неполное доминирование правого полушария.
4. Ниже - 10 – полное доминирование правого полушария.

При обобщении данных можно объединить в одну группу лиц с неполным и полным доминированием полушарий (преимущественно правые или левые).

Например: получен результат (левое полушарие 7 баллов; правое - 4 балла).

Разница составила 3 балла.  $3:11 \times 100 = 27$  баллов. Результат - неполное доминирование левого полушария.