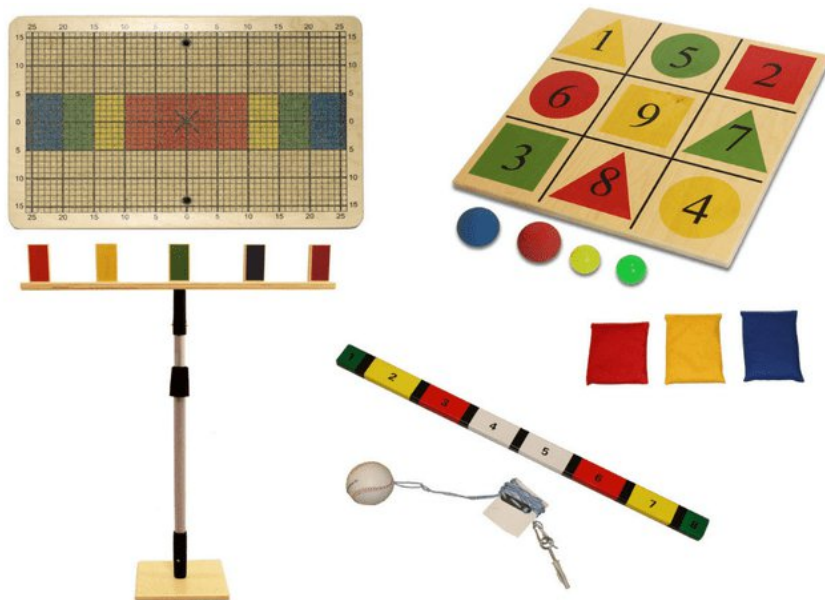


«Использование балансировочной *доски Бильгоу* в коррекционно-развивающей работе с детьми с ОВЗ»



Подготовила инструктор
по физической культуре
№ 572
Решетникова О.В.

Теорию мозжечковой стимуляции основал американский педагог Фрэнк Бильгоу, который работал школьным учителем. В 60-х годах прошлого столетия он заметил, что школьники, которые на переменах выполняют физические упражнения, связанные с балансировкой, более успешны в школьной программе и обладают отличными коммуникативными способностями.

Развивая свою теорию мозжечковой стимуляции, Бильгоу разработал балансировочную доску. Педагог с помощью своего изобретения и простых упражнений обнаружил прямую связь между физической активностью во время балансировки и способностью к чтению. Это стало прорывом в методологии коррекции самого широкого спектра нарушений в психоэмоциональном и речевом развитии детей.

Исследования мозжечковой стимуляции на балансировочной доске Бильгоу показали ее высокую эффективность. Программа стала одной из наиболее продуманных и систематизированных корректирующих и стимулирующих методик.



Фрэнк Бильгоу

Базовый принцип, который сформулировал Фрэнк Белгау: «ЛЮБОЕ повседневное действие человека, не важно, простое оно или сложное, влияет на функционирование его мозга в будущем. Неаккуратная, неорганизованная деятельность человека формирует неаккуратную, неорганизованную структуру мозга, регулярная и организованная деятельность поддерживает функционирование человеческого мозга на определенном уровне. И только *деятельность с целью совершенствования* и проверки своих возможностей совершенствует мозговые структуры и *развивает их*».

ЧТО ТАКОЕ

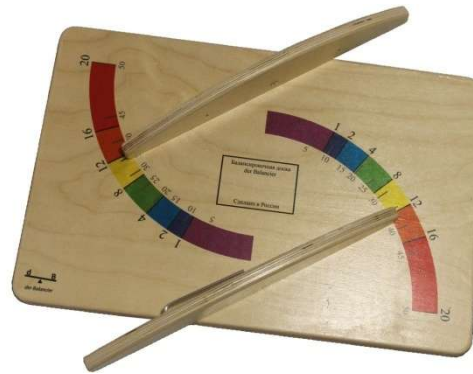
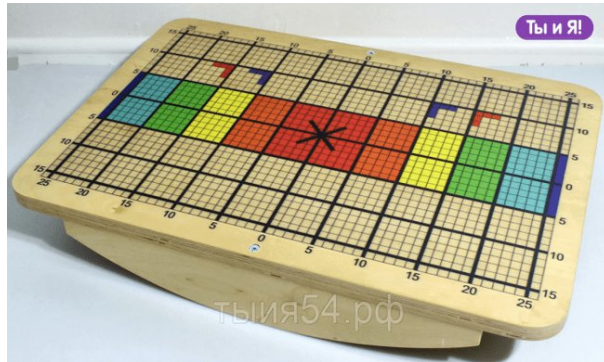
МОЗЖЕЧКОВАЯ СТИМУЛЯЦИЯ?

-это серия реабилитационных методик, направленных на стимуляцию работы ствола головного мозга и мозжечка.

Программа мозжечкового стимулирования улучшает:

- ❖ уровень концентрации внимания;
- ❖ все виды памяти;
- ❖ развитие речи — как устной, так и письменной, а также навыки чтения ;
- ❖ математические и логические способности;
- ❖ анализ и синтез информации;
- ❖ общую моторику и спортивные навыки;
- ❖ способность к планированию;
- ❖ работу эмоционально-волевой сферы.

Балансировочная доска Белгау-



это доска, которая укреплена на округлой основе, что заставляет балансировать в попытках удержат равновесие.

Поверхность доски имеет специальную разметку, а угол наклона платформы регулируется рокерами, изменяющими радиус от 5 до 50 градусов. В зависимости от уровня наклона изменяется уровень сложности упражнений. В комплекте с доской идет напольная мишень, цветозонированная рейка, стойка телескопическая с брусочками, мячи, подвесной мяч-маятник, разновесовые мешочки.

1 блок- ОСВОЕНИЕ БАЛАНСИРА

Задачи:

- ❖ развивать умение удерживать равновесие , координацию;
- ❖ улучшать осанку, гибкость;
- ❖ укреплять опорно-двигательный аппарат;
- ❖ развивать слуховое внимание.

Простые упражнения

1. Залезть и слезть с доски спереди, сзади, с обеих сторон.
2. Стоя на доске, покачиваться вперед-назад, вправо-влево, с открытыми и закрытыми глазами.
3. Тоже сидя на доске на коленях и по-турецки.
4. Имитировать плавательные движения стоя или сидя на доске.
5. Выполнять наклоны головы стоя или сидя на коленях на доске.
6. Стоя или сидя на доске, поднимать по одной руке, попеременно, обе руки.
7. Стоя или сидя на доске, ловить игрушку или мяч.
8. Стоя или сидя на доске, медленно переставляя ноги, поворачиваться на 360 градусов.
9. Стоя или сидя на доске, круговые вращения руками.

Последовательность выполнения упражнений в блоке может быть различной.

Выполнять упражнения 15 - 30 раз.

2 блок-КОМПЛЕКС УПРАЖНЕНИЙ

«ДВИЖЕНИЯ С ПРЕДМЕТАМИ»

Задачи:

- ❖ развивать ловкость, скорость реакции, зрительно-моторную координацию; межполушарное взаимодействие;
- ❖ развивать концентрацию памяти, внимания и тактильное восприятие;
- ❖ закреплять лексические темы;
- ❖ развивать и совершенствовать артикуляционную и мелкую моторику; автоматизировать звуки.

" Упражнения с мешочками".

1. Положить мешочек и поднять его одной и двумя руками, попеременно.
2. Перекидывать мешочек с руки в руку, друг другу.
3. Подкидывать мешочек и следить глазами.
4. Перекладывать мешочек с руки в руку, над головой, сзади, под коленями, под одним коленом, под другим.
5. Подбрасывать и ловить один мешочек с хлопками.
6. Перекидывать два мешочка друг другу одновременно.
7. Подбрасывать и ловить 2 мешочка и перекладывать с руки в руку.



Чего можно ожидать от мозжечковой стимуляции

- ❖ улучшение и стабилизация работы вестибулярной системы ребёнка;
- ❖ развитие координации, крупной и мелкой моторики ребёнка;
- ❖ совершенствование межполушарного взаимодействия;
- ❖ развитие зрительно-пространственных представлений (координатные, метрические, пространственные), формирование схемы тела, чувства времени и пространства;
- ❖ улучшение показателей внимания – объём внимания, переключаемость, концентрация, распределение;
- ❖ развитие зрительно-моторной координации;
- ❖ улучшение саморегуляции и самоконтроля;
- ❖ повышение общего уровня интеллекта;
- ❖ снижение лабильности эмоциональной сферы ребёнка, повышение самооценки, уверенности в себе.

Благодарю за внимание

