

**Консультация - практикум**  
**для педагогов МАДОУ детский сад «Голубок»**  
**«Игры и упражнения на балансировочной доске для детей,**  
**имеющих проблемы в развитии»**

**Разработчик консультации-практикума:** *Н.Ю. Чувакова, учитель-логопед, 1КК*

**Цель консультации-практикума:** распространение педагогического опыта по использованию инновационного пособия, как инструмента для синхронизации работы центров мозга, ответственных за познавательные и двигательные функции у дошкольников, имеющих проблемы в развитии.

**Задачи консультации-практикума:**

1. Организовать и провести практикум с балансировочной доской, направленный на развитие профессиональной компетенции педагогов в коррекционно-развивающей работе с детьми.
2. Способствовать формированию положительной мотивации у педагогов к применению полученных знаний в своей педагогической деятельности.

**Планируемые результаты:**

- участники приобретут практические навыки работы с балансировочной доской;
- увеличится уверенность педагогов в использовании новых методов в работе с детьми, имеющих проблемы в развитии.

**Регламент проведения:** 40 минут.

**Оборудование:** компьютер, SMART-доска, проектор, балансировочная доска «Бильгоу» – 1 штука, балансировочная доска – лабиринт – 4 штуки, балансировочная подушка – 1 штука, мешочки – 6 штук, маленький мяч – 4 штуки, средний мяч – 3 штуки, цветные корзины – 2 штуки, сборник игровых упражнений на балансировочной доске «Бильгоу».

**Ход консультации - практикума**

**1-й слайд.**

На сегодняшний день в соответствии с данными мировой статистики, число детей с проблемами в развитии неуклонно растет, поэтому актуальность проблемы в коррекции этих нарушений принимает глобальный характер. Согласно ФОП и ФГОС ДО педагогам предоставляется возможность в выборе тех или иных технологий, методов и форм обучения, которые в наибольшей степени соответствуют потребностям детей с проблемами в развитии.

**2-й слайд.**

Сегодня я хочу поделиться с вами своим небольшим опытом по использованию одной из инновационных методик в коррекционно - развивающей работе с детьми, имеющими проблемы в развитии. Методика мозжечковой стимуляции – одна из инновационных методик у нас в России, которую специалисты называют **«ключом к обучению мозга»**.

**3-й слайд.**

Мозжечок – это структура мозга, которая отвечает за координацию движений, письмо, речевую артикуляцию, движения глаз и другие функции. Он находится в нижней задней части черепной коробки.

Мозжечок корректирует сигналы, которые направляются к мышцам из головного мозга, делая их правильными, четкими. Этот отдел головного мозга помогает удерживать равновесие, задает скорость, силу, ритмичность и точность движениям мышц и всего тела.

В настоящее время нейropsychология утверждает, что мозжечок связан со всеми структурами нашей нервной системы.

Помимо двигательной выявлены следующие функции мозжечка:

- регулирование скорости, последовательности, согласованности психических функций;
- формирование поведения, эмоций, внимательности;
- участие в анализе информации, полученной от органов зрения, слуха, вестибулярного аппарата, а также от других областей мозга;
- координация артикуляционного аппарата (мышц языка, щек, губ), жестов во время речи;
- формирование телосложения;
- планирование движений.

Мозжечок обеспечивает связь между отделами головного мозга, регулирует реакции торможения и возбуждения, помогает переключиться с одной задачи на другую. Активность мозжечка увеличивается при чтении вслух или про себя, во время мысленных процессов или воображения.

#### **4-й слайд.**

#### **КАК ПРОЯВЛЯЕТСЯ СЛАБОСТЬ РАЗВИТИЯ МОЗЖЕЧКА?**

При плохой работе мозжечка у ребенка отмечается нарушение двигательной активности, когнитивных способностей, речи.

**Основные нарушения мозжечковой слабости:** снижение внимания; синдром гиперактивности; изменения в поведении; нарушения осанки; патологии вестибулярного аппарата (плохое удержание равновесия, головокружение); плохая обучаемость, снижение памяти, отсутствие планирования движений и действий; нарушение речевой функции (устная речь и письмо); неловкость в движениях, изменение походки; нарушения аутического спектра; задержка развития (психомоторного, речевого). Все эти проявления могут быть выражены в разной степени.

Причиной повреждения мозжечка могут стать стремительные роды, тонус матки во время беременности, внутриутробные инфекции. К нарушению мозжечковой функции приводит гипоксия, которую провоцируют болезни плаценты (отслойка, фетоплацентарная недостаточность). Изменения работы мозжечка отмечаются у малышей с детским церебральным параличом.

#### **5-й слайд.**

На сегодняшний день самой известной и наиболее часто применяемой методикой мозжечковой стимуляции является программа американского ученого, доктора педагогических наук Фрэнка Бильгоу «Прорыв в обучении».

Доктор Фрэнк Бильгоу в 1960-ых годах прошлого столетия будучи школьным учителем, заметил, что дети, которые на переменах выполняют физические упражнения, связанные с балансировкой, координацией движений, более успешны в школьной программе и

обладают отличными коммуникативными способностями. Бильгоу предположил, что имеется тесная связь между физической активностью во время балансировки и развитием ребенка.

Стимуляция мозжечка - это комплекс упражнений на координацию движений. Методика похожа на лечебную физкультуру. Программа предусматривает использование специального оборудования – балансировочной доски, которое требует от ребенка концентрации внимания, удержания равновесия, выполнения несложных задач.

#### **6-й слайд.**

Поверхность доски имеет специальную разметку в виде цветной сетки-матрицы с одинаковыми квадратами для фиксации положения стоп, в центре нанесено крестообразное обозначение. **Такая разметка необходима для:**

- равномерного распределения веса тела при постановке на доску;
- расположение стоп равноудаленно, параллельно друг другу от центральной оси доски;
- развития пространственных схем и зрительно-моторной координации,

Основание конструкции (полосы) очень похоже на основание детских игрушек-качалок. Угол наклона платформы можно отрегулировать полосами, которые определяют уровень сложности удержания баланса. В зависимости от уровня наклона изменяется и уровень сложности упражнений, которые направлены на синхронизацию, речевых, двигательных и познавательных навыков, развитие зрительно-моторной координации.

#### **7-й слайд.**

##### **ВИДЫ БАЛАНСИРОВ**

На сегодняшний день разновидность балансиров очень велика.

#### **8-й слайд.**

Для выполнения упражнений используется следующий инвентарь: балансировочная доска (аналоги), поверхность для отбивания мяча, мячи (средний и маленький), мешочки с песком (крупам), палочки с разметкой, кольцебросы, боулинг и другие приспособления.

#### **9-й слайд.**

##### **Принцип методики:**

Суть занятий заключается в том, что стоя на балансиру, поверхность которой укреплена на округлой основе, ребенок выполняет задания педагога, при этом балансируя он одновременно пытается удержать равновесие.

Доктор отмечал, что после 15 минут занятий у ребёнка можно видеть сначала кратковременный, затем все более устойчивый эффект в улучшении концентрации внимания, скорости мышления, самоконтроля.

Прежде чем приступить к упражнениям на балансировочной доске (подушке) рекомендуется отработать упражнения на ровной (ребристой) поверхности. Детям с проблемами в развитии рекомендуется начинать занятия с простейших, базовых упражнений, а затем уже переходить к упражнениям с инвентарём, по принципу: **«От простого к сложному»**.

Абсолютных противопоказаний у этой методики нет, однако надо проявлять осторожность, используя этот метод у детей:

- с судорожными проявлениями;
- с серьезными нарушениями мозгового кровообращения.

### **10 –й слайд.**

#### **В КАКОМ ВОЗРАСТЕ МОЖНО ПРОВОДИТЬ СТИМУЛЯЦИЮ МОЗЖЕЧКА?**

Занятия по мозжечковой стимуляции начинают проводить с 3 лет. Можно начинать выполнять упражнения и с 2-летнего возраста. Но в этот период малышу сложно объяснить, что от него требуется. Для облегчения тренировочного процесса ребенку показывают движения и одновременно объясняют словами. Упражнения малыш делает совместно со взрослым. Не забываем про технику безопасности. Взрослый всегда рядом.

А вот с 3–4-летнего возраста малыши уже хорошо понимают задачи, которые перед ними ставят.

### **11-й слайд.**

#### **УПРАЖНЕНИЯ НА ДОСКЕ**

Упражнения проводятся в специальном хорошо вентилируемом помещении. Частота проведения занятий на доске – 3–4 раза за неделю. Длительность 20-30 минут (по возрасту). Дольше заниматься не рекомендуется, так как ребёнок устает, внимание притупляется.

Для малышей с 2–3-летнего возраста используют самые простые упражнения на покачивание, балансирование. Ребенок может не только стоять, но и сидеть на доске.

#### **Виды упражнений:**

- Залезть, слезть (сидя).
- Сидя «по-турецки», раскачивать доску, после чего удерживать равновесие.
- Сидя на доске, осуществлять плавательные движения руками.
- Покачиваться на доске в положении сидя на корточках. После раскачивания рекомендуется зафиксировать взгляд, сделать круговое движение головой. Покачиваться на доске под музыку.
- В положении сидя осуществлять круговые движения руками.

Спустя некоторое время можно предложить ребёнку встать на доску и постоять некоторое время (в зависимости от индивидуальных особенностей детей), удерживать равновесие.

#### **Простые упражнения, которые можно выполнить стоя на доске:**

- Залезть и слезть с доски.
- Стоя на доске, двигать глазами вверх-вниз, влево-вправо, по кругу. Покачаемся с закрытыми глазами.
- Стоя на доске, двигать руками, следить глазами за руками.

#### **Далее следует усложнение упражнений (использование вспомогательных предметов), например:**

- Мешочки разного веса, которые мы бросаем ребёнку, а он их должен поймать.
- Также может принимать мешочки от взрослого одной рукой, двумя, кидать и ловить одновременно.
- Подкидывать мешочки вверх двумя руками.
- Подкидывать вверх правой рукой, потом левой рукой.
- Кидать мешочки в мишень на полу или на стене.

#### **Затем эти же упражнения выполняются с мячом:**

- Отбивание мяча (одной или двумя руками).
- Кидание предметов по мишеням.
- Отбивание мяча от наклонной плоскости.
- Отбивание мячика при помощи ракетки или палки.

Эти упражнения подходят для детей после 5-летнего возраста.

### **12-13 –й слайды.**

Упражнения на стимуляцию мозжечка можно активно применять на физкультурных занятиях, фронтально и индивидуально, на логопедических и психологических занятиях. Воспитатели проводят упражнения в индивидуальной и подгрупповой формах с детьми имеющих проблемы в развитии и не только, потому что занятия на балансирах очень увлекательные и веселые.

### **14-й слайд.**

#### **Результат:**

На фоне систематических занятий у ребёнка улучшается координация движений, чувство равновесия, отмечается положительная динамика в развитии речи, чтения, письма. Дети становятся ловкими, активными, уверенными в себе. Эффект виден уже через 1–2 месяца при регулярном проведении занятий.

Несмотря на то, что вся программа в целом кажется довольно простым набором упражнений, однако не стоит забывать, что при этом ребенку надо пытаться постоянно балансировать на доске и не падать.

С помощью данного метода мы можем реализовать поставленные коррекционно-развивающие задачи, вовлекая в работу различные анализаторные системы, позволяющие достичь желаемого результата

**Всем участникам желаем вдохновения и творческих успехов в своей профессиональной деятельности!**

### **Литература**

1. Измайлова А.Х. Возможности применения комплекса "Learning breakthrough kit" (balametrics) в коррекционно-развивающей работе с детьми: Методическое пособие /А.Х. Измайлова, Н.В. Давыденко, Д.И. Скрипко; Ассоц. детских нейропсихологов г. Москвы (ООО "Детские нейропсихологи г. Москвы"). — Москва: УНИСЕПВ, 2016. — 111 с.
2. Методика Balametrics - программа мозжечковой стимуляции. Режим доступа - <https://psy-med.ru/articles/metodika-balametrics.html>
3. Рекомендации для специалистов – педагогов широкого профиля «Основы применения программы мозжечковой стимуляции с использованием балансировочного комплекса» г. Новоуральск – 2019. Методическое пособие от 10.11.2019.
4. Сиротюк А.Л. Нейропсихологические и психофизиологические сопровождения обучения. – М.: ТЦ «Сфера», 2003.