

**Балансировочная доска Бильгоу, как один из методов мозжечковой стимуляции, в коррекционно-развивающей работе учителя-дефектолога с дошкольниками с ЗПР**

*Ланцева С.А., учитель-дефектолог для групп компенсирующей направленности, МАДОУ «Детский сад № 1 «Семицветик» г. Гаджиево*

В последнее время стали считать, что мозжечок — это ключ к познавательному, речевому и эмоциональному развитию, поэтому его необходимо развивать. Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента двигательного и психического здоровья. Нарушение моторики негативно влияют на развитии познавательной деятельности ребенка. Мозжечок принимает участие в различных видах деятельности организма: моторной, соматической, вегетативной, сенсорной, интегративной и т.д. В целом, мозжечковую стимуляцию можно определить как серию коррекционно-развивающих и реабилитационных методик, направленных на стимуляцию работы ствола головного мозга и мозжечка. Целью мозжечковой стимуляции является синхронизация работы центров головного мозга, ответственных за познавательные и двигательные функции, а также помогает развить зрительно-моторное взаимодействие и координацию движений. Для работы над стимуляцией мозжечка использую специально разработанный нейротренажер — балансирующая доска Бильгоу (Белгау). Тренажер Бильгоу — это деревянная доска-балансир с нескользящей поверхностью. Она устанавливается на полукруглую опору, которая может изменять угол наклона от 0 до 50 градусов. В зависимости от уровня наклона изменяется уровень сложности упражнений.

У детей с ЗПР наблюдаются определённые нарушения в развитии двигательной сферы такие как: нарушение произвольной регуляции движений, недостаточная скоординированность и точность произвольности, сложности в переключении и автоматизации движений, данные нарушения влияют на формирование познавательных процессов. Поэтому упражнения на нейротренажере Бильгоу способствует развитию таких участков мозга, которые

отвечают за формирование высших психических функций и двигательных навыков.

Занятия на тренажере должны обязательно проходить под контролем взрослого. Он играет ключевую роль в тренинге: следит за техникой безопасности при выполнении упражнений, рассказывает и показывает выполнение каждого упражнения, подбирает оптимальный уровень по сложности, мотивирует ребенка. Сначала выполняются самые легкие задания, продвигаясь дальше, упражнения постепенно усложняются.

В своей работе я применяю такие упражнения как:

#### 1. Нейротренажер «Восьмерка».

Цель: Гармонизация работы всех отделов мозга, укрепления межполушарного взаимодействия, формирования новых нейронных сетей в мозге, снятия эмоционального напряжения.

Инструкция: Данный нейротренажер использую как способ включения ребенка в занятие. Воспитанник, стоя на балансировочной доске получает инструкцию «Прокати шарики по желобу, не допуская его падения». Тренажер помогает детям сосредоточиться и ощутить чувство равновесия.

#### 2. Упражнение с флажками.

Цель: Формирование умения выполнять двигательные действия по показу.

Инструкция: Педагог выполняет движения с флажками без словесной инструкции, ребенок, стоя на балансировочной доске должен удержать баланс и выполнить упражнение по показу в соответствии с заданием. Сначала педагог показывает ребенку простую инструкцию, выполняя упражнения одной рукой, когда ребенок усвоил этот элемент упражнения, необходимо подключить вторую руку.

#### 3. Игра «Шапочки на пальчиках»

Цель: Формирование умения выполнять ряд последовательных действий в соответствии с задачей, развитие мелкой моторики.

Инструкция: Игру можно варьировать для усвоения разных понятий, например таких как: счет, цвет, название пальчиков, предлоги и т.д. Расскажу об

одном из них, надеваю на одну руку ребенка «шапочки» разного цвета и прошу ребенка повторить последовательность на другой руке. В этой игре необходимо идти по методу «от простого к сложному». Сначала выполняем игру на одной руке и просим ребенка повторить последовательность «шапочек» на другой, затем подключаем большее количество «шапочек», когда ребенок усвоил инструкцию, подключаем две руки.

#### 4.Игра «Пирамидка»

Цель: Формирование навыка упорядочивания объектов по величине, развитие зрительного гнозиса

Инструкция: Держу корзину с кольцами, а ребенок самостоятельно выбирает их и собирает пирамидку. В этой игре также рекомендую использовать метод от «простого к сложному». Например, ставлю основу от пирамидки на балансир удерживая её до того момента пока воспитанник не соберет первое кольцо, потом ребенок должен собрать пирамидку из колец, которые расположены на балансирах. Также можно положить элементы пирамидки на балансир, и ребенок должен самостоятельно собрать её, соблюдая последовательность. Данную игру можно использовать для усвоения таких представлений как: величина, цвет, щипковые захват и т.д.

#### 4.Игра с прищепками

Цель: Развитие цветового гнозиса и мелкой моторики рук.

Инструкция: Цепляю на одежду ребенка прищепки разного цвета, воспитанник должен снять прищепки только определенного цвета и попасть в ведро в соответствии с ним стоя на балансирах. Можно усложнить данную игру, например просить ребенка снять правой рукой прищепки красного цвета и попасть в ведро, левой рукой прищепки синего цвета и попасть в ведро. Также указать точное количество прищепок, которые должен снять ребенок со своей одежды и под счет закинуть их в емкость.

#### 5.Тренажер «Стойка с мишенями-целями»

Цель: Развитие зрительного и слухового восприятия, тренировка глазомера и ловкости.

Инструкция: Данный тренажер идет как дополнение к балансировочной доске, поэтому вариации упражнений использую разные, но для начала необходимо установить тренажер на расстоянии 1,5-2 метров от ребенка. Затем даю инструкция ребенку сбить мешочком, к примеру только цифру 1, воспитанник, стоя на балансировочной доске должен попасть в цель. Можно использовать данный тренажер для отработки разных лексических тем недели. Например, можно поставить на стойку домашних и диких животных и попросить ребенка сбить только диких.

Используя данный метод, я заметила, что игры и упражнения на балансировочной доске Бильгоу помогают детям с ЗПР в:

- Синхронизации работы мозга. Занятия на доске Бильгоу помогают синхронизировать работу центров мозга, отвечающих за познавательные и двигательные функции.
- Улучшение координации. Регулярные упражнения способствуют развитию зрительно-моторной координации и общей координации движений.
- Улучшение эмоционального состояния. После занятий на доске заметно улучшается настроение, ребенок становится спокойнее и уравновешеннее.
- Укрепление опорно-двигательного аппарата. Регулярные упражнения на доске Бильгоу укрепляют мышцы ног, спины и рук.
- После занятий на доске заметно улучшается настроение, полезная активность, появляется любознательность и концентрация.

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