

Балансировочная доска Бильгоу, как один из методов коррекционной работы учителя-дефектолога с дошкольниками с ЗПР

Учитель-дефектолог Ланцева Софья Александровна

МБДОУ «Детский сад № 1 «Семицветик»» г.Гаджиево.

В настоящее время в работе специалистов широко используются методы мозжечковой стимуляции и сенсомоторной интеграции, которые призваны выстроить фундамент развития ребенка, на основе которого в дальнейшем будут формироваться учебные умения и навыки. Основная идея метода сенсорной интеграции заключается в том, что впечатления собственного тела тактильные, проприоцептивные, вестибулярные являются базой для приобретения и накопления сенсорного опыта и развития личности в целом. В моей работе метод сенсомоторной интеграции является самым любимым, а одним из универсальных инструментов его реализации это балансировочная доска. Преимущества балансировочной доски заключается в том, что она входит и метод сенсомоторной интеграции, и метод мозжечковой стимуляции. Так как мозжечок и связанные с ним мозговые структуры играют ключевую роль в развитии ребенка: он имеет большое значение в интегративной работе мозга, что обеспечивает скорость обучения и формирования новых, более эффективных нейронных связей. Именно благодаря опоре на сформировавшиеся нейронные связи, формируется интеллект у детей. По проведенным опытам и наблюдениям за развитием мозга у людей, обнаружили, что отмирание незадействованных активных нейронов к семи годам помогает сделать мыслительный процесс человека более эффективным и целенаправленным (при условии, что человек создал много нейронных путей, на которые может опереться в мыслительном процессе). У дошкольников с задержкой психического развития большинство высших психических функций развиваются с опозданием, в связи с этим нейронные связи сформированы недостаточно. Для формирования новых нейронных связей активно использую балансировочные доски Бильгоу, это уникальный тренажер, который не только помогает улучшить баланс и координацию, но и способствует развитию мозжечка. 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.

Занятия с балансировочной доской структурированы и подразумевают постепенное повышение сложности упражнений. Начиная с базовых навыков, таких как умение стоять на доске и поддерживать равновесие, дети постепенно продвигаются к более сложным заданиям. Важным компонентом занятий является контроль за динамикой и прогрессом каждого ребенка в отдельности. Занятия должны обязательно проходить под контролем

взрослого. Он играет ключевую роль: следит за техникой безопасности при выполнении упражнений, рассказывает и показывает выполнение каждого упражнения, подбирает оптимальный уровень по сложности, мотивирует ребенка. В своей работе я применяю такие упражнения как:

1. Упражнение с флажками.

Цель: Формирование умения выполнять двигательные действия по показу.

Инструкция: Перед выполнением задания, необходимо дать флажки ребенку согласно руке, и затем взять зеркально флажки в свои руки, и выполнить движения с флажками без словесной инструкции. Ребенок, стоя на балансирующей доске должен удерживать баланс и выполнить упражнение по показу в соответствии с заданием. Сначала показываю ребенку простую инструкцию, выполняя упражнения одной рукой, когда ребенок усвоил этот элемент упражнения, необходимо подключить вторую руку.

2. Игра «Шапочки на пальчиках»

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

Инструкция: Одеваю на одну руку ребенка две «шапочки» разного цвета и прошу ребенка повторить их 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. Если ребенок не усвоил задание с 2 шапочками, его необходимо упростить и оставить 1 шапочку и попросить ребенка повторить последовательность на другой руке. В своей практике на начальном этапе реализовывала данную игру с помощью метода «рука в руке», когда ребенок уже усвоил выполнение, то тогда просила его повторить последовательность с 2 шапочками самостоятельно и постепенно усложняла.

3. Игра «Пирамидка»

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

Инструкция: Педагог ставит основу от пирамидки на балансирующую доску удерживая её до того момента пока воспитанник нанизывает первое кольцо, потом ребенок должен собрать пирамидку из колец, которые расположены на балансирующей доске. Либо педагог держит корзину с кольцами, а ребенок самостоятельно выбирает их и собирает пирамидку.

4. Упражнения с мешочками.

Цель: Развитие координации движений в соответствии с инструкцией.

Инструкция: Ребенок, стоя на доске, кидает один мешочек на буквы или цифры, заданные педагогом. Можно усложнить задачу тем, что педагог просит ребенка из «Волшебного мешочка» достать букву или цифру и кинуть мешочек на них.

5. Игра с прищепками

Цель: Развитие цветового гнозиса и мелкой моторики рук.

Инструкция: Педагог цепляет на одежду ребенка прищепки, воспитанник должен снять прищепку и попасть в ведро в соответствии с цветом стоя на балансире.

6. Нейротренажер «Восьмерка».

Цель: Укрепления межполушарного взаимодействия, формирования новых нейронных связей, снятия эмоционального напряжения.

Инструкция: Воспитанник, стоя на балансировочной доске получает инструкцию «Прокати шарики по желобу, не допуская его падения». Когда ребенок соблюдает чувство равновесия при выполнении данного упражнения, мы переходим к усложнению, например, на края нейротренажера закрепляются карточки с буквами и прошу ребенка прокатить шарик по желобу к букве «А», затем «О» при этом произнося их. Также можно использовать с цифрами, прокатить шарик и назвать цифру

7. 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 и попросить ребенка попасть в цель на стойке в соответствии с инструкцией. 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 овощи и фрукты и попросить сбить только фрукты.

Используя данный метод, я заметила, что игры и упражнения на балансировочной доске Бильгоу помогают детям с ЗПР синхронизировать работу центров мозга, отвечающих за познавательные и двигательные функции, способствуют развитию зрительно-моторной координации и общей координации движений, после занятий на доске заметно улучшается настроение, появляется любознательность и концентрация внимания, регулярные упражнения укрепляют мышцы ног, спины и рук.

Я рекомендую использовать данный нейротренажер не только специалистам работающими с детьми, но и также родителям. Потому что тренажер универсальный и его можно реализовывать дома, в соответствии с вашей задумкой.