

«Балансировочная доска Бильгоу – помощник в коррекционной работе с детьми с ОВЗ»

Хочу поделиться своим опытом использования одной из инновационных технологий в коррекционной работе с детьми. И это система тренировок на балансировочной доске американского ученого, доктора педагогических наук, Френка Бильгоу, которая является одним из наиболее эффективных методов развития ребенка.

Бильгоу придумал серию упражнений и создал специальную программу, которую он назвал «Прорыв в обучении».

Цель этой программы – научить мозг правильно обрабатывать информацию, полученную от органов чувств, улучшить навыки речи, мелкой моторики, способствовать развитию навыков чтения, концентрации внимания, математических навыков, стимулировать развитие памяти.

Эту программу называют «мозжечковой стимуляцией», т.к. система тренировок на балансировочной доске Бильгоу, воздействуя на мозжечок, значительно улучшает эффективность любых, в том числе и коррекционных занятий.

Основные принципы построения программы упражнений с применением балансировочного оборудования:

«от простого к сложному»;

«оптимальная нагрузка» (оптимальный уровень сложности для ребёнка);

«интуиция специалиста» (от опыта специалиста зависит эффективность программы, определения момента усложнения программы, оптимального уровня);

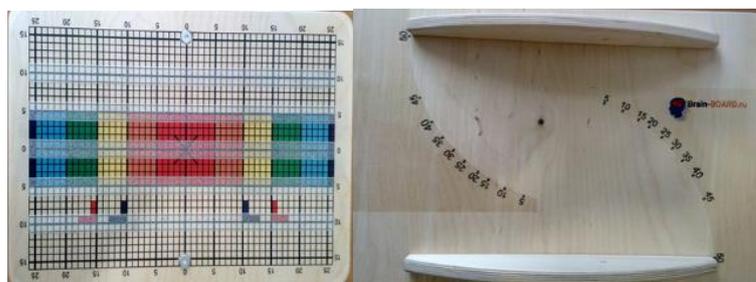
«включение мотивации» (оборудование создает дополнительную мотивацию для занятий, познавательную активность, игровая деятельность);

«вариативность упражнений» (свободное поле для творчества);

«выполнение упражнений двумя руками, правой, левой, поочередно);

«целеполагание (отбить/кинуть, попасть в цель).

Суть занятий состоит в том, что, стоя на балансировочной доске, ребенок выполняет задания взрослого, одновременно пытаясь удержать равновесие.



Поверхность доски имеет специальную разметку, а угол наклона платформы можно отрегулировать специальными ключами. В зависимости от уровня наклона изменяется и уровень сложности упражнений, которые направлены на синхронизацию двигательных и познавательных навыков, развитие зрительно-моторной координации.

К доске можно приобрести дополнительное оборудование, которое помогает разнообразить и усложнять упражнения.



Балансировочная стимуляция показана гиперактивным детям, дошкольникам с проблемами в развитии высших психических функций, а также имеющим вестибулярные нарушения, координации и согласованности движений, детям с расстройствами аутистического спектра, которые задерживаются в психоэмоциональном развитии, другим категориям детей. Наш детский сад посещают дети с различными видами нарушений и Балансиры используются как часть коррекционных занятий.

Данную методику использую в течение 3 лет. Приобретено основное необходимое оборудование по программе мозжечковой стимуляции. Создана методическая разработка по использованию различных упражнений на балансировочной доске в ходе индивидуальных занятий. Идет постепенное освоение комплексов упражнений на доске Бильгоу с применением разных предметов.

С доской Бильгоу можно начинать заниматься практически с любого возраста. Главная задача, чтобы ребенок научился занимать исходное положение на доске – сидел или стоял ровно и спокойно, подняв голову и расправив плечи, без поддержки, нашел свою точку равновесия и почувствовал свое тело. Именно тогда мозжечок ребенка начинает активно работать, помогая ему сконцентрироваться, настроить слуховое и зрительное внимание.

Работа строится по этапам с постепенным усложнением:

Прежде чем приступить к упражнениям на балансировочной доске, упражнения отрабатываются на ровной поверхности.

Освоение балансира детьми с ОВЗ начинается с простейших упражнений: залезает и слезает на доску с разных сторон; поворотов туловища, наклонов, движений руками; садится «постурецки» на доску с пола или из положения стоя на доске; имитирует плавательные, вращательные движения руками, двумя сразу и по очереди; нагибается, дотягивается руками до пола и т. д.



Все это — пытаюсь устоять на доске, которая чутко реагирует на любое изменение положения тела, и это важно. Необходимо обращать внимание, чтобы ребёнок держал правильно осанку.





Далее следует усложнение упражнений: использование вспомогательных предметов.

Например, выполнение упражнений с гимнастической палкой, гантелями, обруч и т.д.

Добавляем мешочки разного веса, которые ребенок перекладывает из одной руки в другую перед собой, над головой; перекидывает мешочек с крупой из одной руки в другую; мешочки бросаем ребёнку, а он их должен поймать; 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. А также отбивает мячик на резинке от наклонной доски и т.д.



Можно использовать любое дополнительное оборудование.

Когда ребенок научился балансировать на доске и не падать, выполняя механические действия с разными предметами, можно добавить упражнения на развитие речи.



В ходе работы по данной теме удалось добиться за достаточно короткое время положительной динамики в коррекции проблем развития детей. Система тренировок на балансировочной доске Бильгоу, воздействуя на мозжечок, значительно улучшает эффективность любых, в том числе и коррекционных, занятий. Ребёнок с ОВЗ не просто механически выполняет упражнения, ему это делать интересно и увлекательно. Положительно сказалась на коррекции психо-эмоционального состояния детей.

Так как тренировки по методике Бильгоу похожи на увлекательную подвижную игру, вызывающую у детей положительные эмоции, подключать к играм и занятиям этот нейробалансир могут педагоги, специалисты любых образовательных учреждений и родители детей.