

## **Мастер-класс:**

### **«Использование балансировочной доски Бильгоу в работе с детьми дошкольного возраста»**

**Воспитатель: Старкова А.В.**

Современных детей очень трудно чем-нибудь увлечь, удивить, заинтересовать. У них отмечается неусидчивость на занятиях, быстрая потеря интереса к трудной и рутинной ежедневной работе над своим развитием. Нам- воспитателям приходится искать новые способы поддержания интереса у детей.

Теперь у нас появился один из помощников – балансировочная доска Бильгоу. Педагог из Америки Фрэнк Бильгоу, работая с плохо читающими детьми, заметил взаимосвязь между их двигательной активностью и улучшениями в навыках чтения. Он создал балансировочную доску, которая позже получила название доска Бильгоу.

Часто упражнения на балансирах называют мозжечковой стимуляцией т.к. мозжечок – это ключ к интеллектуальному, речевому и эмоциональному развитию, поэтому его необходимо развивать. Известно, что мозжечок влияет на формирование и координацию равновесия, движение глаз. Получив информацию о готовящемся движении, мозжечок корректирует моторную программу движения в коре больших полушарий и готовит тонус мышц для реализации этого движения через спинной мозг, регулируя мышечную скорость, силу, ритм и точность. Так происходит обеспечение всех движений человека: артикуляционного аппарата в процессе речи, глаз во время считывания текста с листа, пальцев при письме и т.д.

Доска представляет собой плоскую доску с округлыми ножками. При попытке удержать равновесие на балансирах происходит тренировка проприоцепции, то есть способности осознавать положение тела в пространстве, что является ключевым в стимуляции межполушарного взаимодействия и в работе мозжечка у детей и взрослых. Помогая ребенку сконцентрировать внимание на себе и своих действиях, мы напрямую влияем на процессы речи и мышления.

В комплект входит сама доска Бильгоу, 3 сенсорных мешочка и более 100 упражнений и видео с нейропсихологом по QR-коду. Работа по методике Бильгоу используется по принципу «от простого к сложному».

Основные блоки программы мозжечковой стимуляции с использованием

комплекта. Комплекс упражнений на освоение балансира:

- Комплекс упражнений с мешочками с крупой
- Комплекс упражнений с мячом-маятником
- Комплекс упражнений с цветной рейкой
- Комплекс упражнений с набором мячиков
- Комплекс упражнений с мишенью обратной связи
- Комплекс упражнений с телескопической стойкой с мишенями

Программа мозжечкового стимулирования улучшает:

1. уровень концентрации внимания;
2. все виды памяти;
3. развитие речи — как устной, так и письменной, а также навыки чтения;
4. математические и логические способности;
5. анализ и синтез информации;
6. способность к планированию;
7. работу эмоционально-волевой сферы.

**Что важно учесть, занимаясь на балансировочных досках**

**Техника безопасности:**

- Упражнения должны носить игровой характер, при этом, важна сосредоточенность и правильное выполнение.
- Не заниматься слишком долго, даже если малышу очень нравится (30 минут в день более чем достаточно в первые несколько месяцев).
- Не перегружайте детский организм, ничего не нужно делать через «не могу».
- Всегда подстраховывайте ребенка во время занятий.
- Стремитесь к тому, чтобы стоя на баланс борде ребенок почувствовал себя настолько уверенным, что перестанет постоянно смотреть под ноги или хвататься за опору .
- Как и взрослым, перед началом упражнений детям нужен разогрев, разминка и растяжка.
- И главное: поддерживайте позитивный настрой!

Прежде чем приступить к упражнениям на балансировочной доске, мы часть упражнений отрабатывали на ровной поверхности. Работа строится по этапам с постепенным усложнением упражнений.

Сначала выполняются простейшие упражнения на балансировочной доске, например:

### **1. Упражнение «Прокати машину, паровозик, мяч».**

Развитие реакции равновесия на балансировочной доске можно начинать с отработки стояния на четвереньках и при тренировке функций сидения — это подготовительные упражнения, которые вырабатывают вертикальную позу,

помогают в овладении навыками самостоятельного сидения и защитную реакцию рук. Залезать и слезать с доски с разных сторон: сзади, спереди, сбоку, удерживая при этом равновесие, при этом кто-нибудь боится ребенка.

**Игра «Молоток - утюг».** Правой рукой ребенок совершает горизонтальное движение («помогая маме гладить утюгом»), проговаривая при этом: «Мама гладит вещи», а левой рукой – одновременно – вертикальное движение («помогая папе забивать молотком гвозди»). При этом произносит: «Папа забивает гвоздь» или «Папа работает молотком». Затем руки меняются: левая «гладит», правая «забивает».

**2. Второе упражнение с мешочками.** Они разные по весу, цвету и по наполняемости.

- сначала ребенок, стоя на доске, ощупывает мешочек, догадываясь, что внутри. Пробует положить мешочки на доску, сохраняя равновесие. Потом уже ребенок подбрасывает и ловит один мешочек хлопками.

- ребенок держит мешочек в правой руке, подкидывает и ловит его левой рукой. Ребенок держит мешочки на плечах и произносит слог с автоматизируемым звуком. Затем поднимает руку вверх и произносит следующий слог.

- мешочек кидают ребенку. Он принимает их от взрослого или ребенка правой, левой или обеими руками.

**3. Следующее упражнение «Игра с доской»**

- Найди предмет и ударь по нему мячом.

- Попасть мячиком в картинку, где звук в начале слова, в конце слова и т.д.

**4.** Далее мы можем уже предложить игры:

### **Игры для развития грамматического строя речи**

#### **1. «Один-много»**

Цель: образование существительных множественного числа именительного и родительного падежей.

Игра проводится с мячом или мешочком с песком. Ребенок стоит на балансировочной доске. Воспитатель бросает ему мяч и называет слово в единственном числе. Ребенок ловит мяч, возвращает его логопеду, называя слово во множественном числе.

#### **2. «Назови ласково»**

Цель: образование слов с уменьшительно-ласкательными суффиксами.

Ребенок стоит на балансировочной доске, удерживая равновесие. Логопед бросает мяч, назвав предмет, ребенок возвращает мяч, назвав слово с уменьшительно-ласкательным значением.

### **3. «Из чего - какой»**

Цель: упражнение в образовании относительных прилагательных.

Ребенок стоит на балансировочной доске, удерживая равновесие.

Воспитатель бросает мяч, назвав материал, из которого сделан предмет, ребенок возвращает мяч, называя прилагательное от этого слова.

Стол из дерева – деревянный стол.

### **Игры и упражнения для развития связной речи**

#### **1. «Отгадай-ка»**

Цель: описание предмета по существенным признакам.

Ребенок, стоя на балансировочной доске, загадывает загадку, описывая предмет, называя его существенные признаки. Бросает мяч логопеду, педагог отгадывает загадку.

#### **2. Составление рассказа по серии картин**

Цель: развитие умения определять последовательность, развитие логического мышления, связной речи.

Ребенок на балансировочной доске, перед ним находится напольная мишень, т.е. доска для отбивания, на которой находятся сюжетные картинки. Ребенку предлагается определить первую картинку, ударить в нее мячом и составить рассказ по первому эпизоду. Затем вторую картинку и так далее.

#### **3. «Опиши игрушку»**

Цель: упражнение в составлении рассказа-описания.

Ребенок на балансировочной доске, перед ним находится напольная мишень, на которой картинки с изображением игрушек. Ребенок ударяет мячом по картинке и описывает игрушку.

#### **4. «Придумаем рекламу книге (платью, ...)»**

Цель: развитие умения творчески использовать слово, описывать предмет, давать ему яркую характеристику

Логопед называет слово, бросает мяч ребенку, ребенок рассказывает о предмете коротко и ясно.

#### **5. «Если бы...»**

Цель: Развитие речи, воображения, мышления и прогнозирования

Ребенок на балансировочной доске, удерживает равновесие. Логопед предлагает пофантазировать на определенные темы, бросает мяч ребенку. Например, тема «Если бы я был волшебником...».

#### **6. «Потому что...»**

Цель: упражнение в употреблении сложносочиненных предложений, развитие мышления.

Ребенок на балансировочной доске, логопед задает вопрос, бросает мяч.

Ребенок должен ответить полным предложением и вернуть мяч.

*Например: «Почему ты моешь руки?».*

**Какие логопедические задания мы отрабатываем в ходе выполнения упражнений на балансирах:**

- Артикуляционная гимнастика;
- Отработка звуков, слогов, слов, предложений
- Звуковой анализ слов
- Грамматические задания и словарь по лексическим темам
- Словоизменение, либо согласование существительных с числительными.
- Дифференциация звуков
- Закрепление геометрических фигур
- Проговаривание чистоговорок.

**ВЫВОД:**

При постоянной работе на балансирах можно заметить много изменений. Ребенок становится более сосредоточенным, усидчивым. Все дети начинают лучше чувствовать свое тело, гораздо легче начинают ориентироваться в пространстве, многие делают шаг вперед в освоении самоката или велосипеда. Также ускоряется процесс автоматизации, дифференциации и введения звука в речь. А это то, что так необходимо и ребенку, и родителям. Ведь все заинтересованы в скорейшем результате.