

Появление методики Фрэнка Бильгоу

История программы мозжечковой стимуляции родилась в 60е годы XX века. Американский педагог Фрэнк Бильгоу, который работал в то время в школе, заметил интересную закономерность: ученики, которые на переменах играли в игры, связанные с балансировкой, быстрее других усваивали школьную программу и обладали более высокими коммуникативными навыками, по сравнению с другими школьниками. Бильгоу предположил, что имеется тесная связь между физической активностью во время балансировки и развитием ребенка. Развивая эту теорию, Фрэнк Бильгоу в качестве эксперимента разработал балансировочную доску и простую программу упражнений.

В своей программе Бильгоу прорабатывал сразу три аспекта, влияющие на образование новых нейронных связей у ребенка: психологический, дидактический и инструментально-технический. Совокупность этих аспектов стимулировала работу мозжечка и увеличивала навыки обучаемости у ребенка.

Исследования мозжечковой стимуляции на балансировочной доске Бильгоу показали ее высокую эффективность. Программа стала одной из наиболее продуманных и систематизированных корректирующих и стимулирующих методик.

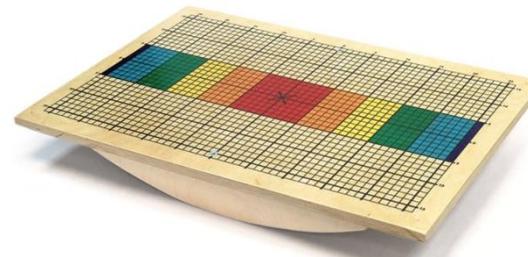
Консультационный центр
«Помощь – это просто!»
МБДОУ № 63



БУКЛЕТ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ



Балансировочная доска Бильгоу для мозжечковой стимуляции – что это такое?



Подготовила учитель-дефектолог
Агапова А.Ф.

Кому помогает мозжечковая стимуляция?

Мозжечок один из отделов головного мозга, который содержит самую высокую концентрацию нервных клеток. Мозжечок поддерживает постоянную связь с лобными долями и контролирует движение и сенсорное восприятие.

Нарушения мозжечка не являются единственной причиной нарушений речевого развития. Однако преодоление дисфункции мозжечка значительно ускоряет процесс коррекции речевых нарушений.

Для преодоления дисфункции используется **метод мозжечковой стимуляции**, который нивелирует мозжечковые и межполушарные нарушения.

Мозжечковая стимуляция подходит для детей с расстройством аутистического спектра, атаксией, ДЦП, при моторной неловкости, нарушении внимания, гиперактивности, задержке речевого развития, плохой памяти, проблемах обучения.

Мозжечковая стимуляция положительно влияет не только на восприятие устной и письменной речи, но развивает навыки механического чтения, математические способности, координацию движений, навык балансирования, моторику, эмоционально-волевую сферу, концентрацию внимания.

Мозжечковая стимуляция значительно повышает эффективность коррекционных занятий с логопедом, психологом, дефектологом.

Базовый комплекс упражнений

Занятия на балансировочной доске Бильгоу схожи с классической методикой лечебной физкультуры.

Занятия можно начинать с трех лет и до самых преклонных лет.

При выполнении упражнений за ребенком наблюдает взрослый (это может быть дефектолог, психолог, логопед или родитель).

Исходная позиция:

1) Ребенок стоит на поверхности доски, которая укреплена на полукруглых полозьях. Поверхность доски имеет специальную разметку, а угол наклона регулируется от 5 до 50 градусов специальными ограничителями.

2) Выполняя различные упражнения, ребенок должен сохранять баланс на доске. В зависимости от уровня наклона изменяется уровень сложности упражнений. Чем больше интенсивность качания, тем сложнее задания.

Базовые упражнения на доске Бильгоу:

Упражнение 1

Ребенок заходит на доску и сходит с доски: спереди, сзади, с обеих сторон.

Упражнение 2

Исходное положение:

Ребенок сидит на доске «по-турецки». Взрослый раскачивает доску «влево-вправо», ребенок должен удержать равновесие.

Упражнение 3

Исходное положение:

Ребенок в положении сидя на доске. Ребенок имитирует движение как при плавании.

Упражнение 4

Исходное положение:

Ребенок в положении сидя на корточках. Покачивающее движение из стороны в сторону головой, затем зафиксировать взгляд на предмете.

Упражнение 5

Исходное положение:

Ребенок в положении стоя или сидя Ребенок медленно совершает круговое вращение головой, медленно покачивается вперед-назад.

Упражнение 6

Исходное положение:

Ребенок в положении стоя или сидя Ребенок совершает круговые вращения руками:

- обе руки в одну сторону;
- обе руки в разные стороны;
- по очереди в одну сторону;
- по очереди в разные стороны.

Упражнение 7

Исходное положение:

Стоя, сидя, на корточках, на коленях, «поп-турецки» (на выбор) Ребенок совершает одно из нижеуказанных упражнений:

- обе руки положить на грудь;
- поднять руки над головой;
- прямые руки в сторону;
- нагнуться, достать пальцы ног;
- любые движения, какие нравятся ребенку.

Занятия на доске Бильгоу имеют психотерапевтическое, корректирующее действие и способны быстрее помочь в решении самых разных проблем.

Дополнительные упражнения с использованием аксессуаров:

- Переброска мешочеков или мячей между взрослым и ребенком (левой, правой рукой, двумя руками);
- Подкидывание мешочеков или мячей вверх (левой, правой рукой, двумя руками).
- Отбивание подвешенного мяча цветозонированной рейкой.
- Отбивание мяча от наклонной доски.

Упражнения можно усложнять!

Выполняя упражнения, ребенок может называть буквы алфавита, слоги с заданным звуком, слова на определенный звук. Можно играть в игры «Один-много», «Я знаю пять...», «Назови ласково», «Скажи наоборот», «Назови одним словом», «Детеныши животных» и др.

