

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад
комбинированного вида № 35 «Теремок» р.п. Приютово муниципального района
Белебеевский район Республики Башкортостан

**«Использование балансировочного диска в оздоровительной работе с
детьми ОВЗ дошкольного возраста»**

(выступление на РМО учителей-дефектологов (тифлопедагогов),
воспитателей коррекционных групп дошкольных организаций «Современные
коррекционно-развивающие технологии в практической деятельности
педагога в работе с детьми с ОВЗ»)

Подготовили:
инструктор по физической культуре
МАДОУ №35 р.п.Приютово
Шафикова Ирина Михайловна
Батгалова Лилия Саматовна

2024 г

Добрый день, уважаемые коллеги! Мы рады поделиться с вами опытом работы по использованию балансировочного диска в коррекции нарушений координации движения у детей с ТМНР .

Недостаточность двигательных функций у детей с ТМНР проявляются во всех компонентах моторики: в координации движений, в слаженности тонких движений кистей и пальцев рук, в мимической и речевой моторике. Это приводит к сложности действий по самообслуживанию, в трудовых процессах, так как движения детей неловкие, неуклюжие, раскоординированные. Данные характеристики указывают на имеющиеся проблемы в работе мозжечка и стволового отдела мозга. Мозжечок содержит самую высокую концентрацию (более 50%) нервных клеток по отношению к другим отделам мозга. Он поддерживает постоянную связь с лобными долями, а значит, контролирует движение и сенсорное восприятие. Нарушенная связь между мозжечком и лобными долями мозга приводит к замедлению формирования речи, интеллектуальных и психических процессов.

Таким образом, следует вывод, что для детей с тяжелыми множественными нарушениями развития просто необходима особая помощь в «мозжечковой стимуляции». Таковой является специальная программа упражнений для тренировки когнитивных функций головного мозга и нормализации психических, физических и эмоциональных функций ребенка. Мозжечковая стимуляция - это комплекс физических упражнений, направленных на развитие участков мозга, отвечающих за формирование речи и поведения ребенка. Включает в себя развитие крупной мелкой моторики, равновесия и координации движений, схемы тела, выразительности движения, овладение способами невербальной коммуникации, мышечного расслабления эмоционального раскрепощения.

В результате таких занятий не только улучшается физическая форма ребёнка, но повышается пластичность головного мозга, преодолевается его функциональная незрелость, что позволяет добиться рывка в формировании навыков адаптации и коррекции поведенческих нарушений.

Очень долго ученые считали, что мозжечок регулирует только равновесие, движение глаз, координацию движений, однако за последние несколько десятилетий роли мозжечка пересмотрена и доказано, что мозжечковая стимуляция - это ключ к обучению буквально всему, в том числе к нормальному интеллектуальному, речевому, эмоциональному развитию.

В основу метода положены упражнения на массажном балансировочном диске. Упражнения разного уровня сложности, что позволяет для каждого ребенка найти индивидуальный подход, в зависимости от цели воздействия

Работая с особенными детьми, мы понимаем, что им сложно обрабатывать информацию, полученную из вне., поэтому развивающая среда группы и физкультурного зала, пополняется оборудованием, развивающим сенсорные навыки. Данный тренажёр работает на целостное ощущение своего тела, осознание собственных движений. А для детей это увлекательные и динамичные игры.

В рамках РМО , я хочу поделиться своим опытом использования одной из инновационных технологий в оздоровительной работе с детьми. И это система тренировок на балансировочном диске ,которая является одним из наиболее эффективных методов развития ребенка. Балансировочная стимуляция показана, как норматипичным детям, так и детям имеющим нарушения речи, координации и согласованности движений, детям с расстройствами аутистического спектра и детям с другими нарушениями развития.

Цель работы с балансиrom – 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.

Задачи

- *Стимулирование работы вестибулярного аппарата*
- *развитие чувства равновесия*
- *Развитие координации движений*
- *формирование вестибуломоторной, зрительномоторной координаций*
- *укрепление мышечного корсета*
- *формирование межполушарного взаимодействия*
- *массаж стоп*
- *улучшение кровообращения всего организма*



Суть занятий состоит в том, что, стоя на балансировочном диске, ребенок выполняет задания взрослого, одновременно пытаясь удержать равновесие. после 15 минут занятий можно видеть сначала кратковременный, затем все более устойчивый эффект в улучшении концентрации внимания, скорости мышления, самоконтроле.

Поскольку нашу коррекционную группу посещают дети с различными видами нарушений работу по данной программе мы начинаем с простейших упражнений **На «Освоение диска балансира»**

Все упражнения на балансировочном диске желательно выполнять босиком.

Упражнение 1 И.п.- стойка лицом к балансиру, руки на поясе. 1- шаг правой ногой на верхушку балансира; 2- левую ногу приставить к правой; 3- шаг правой ногой вперед с балансира на пол; 4- левую ногу приставить к правой; 5-8 то же движение в обратном направлении. Счет 1-8 повторить, начиная шаг с левой ноги. Упражнение выполняется в среднем темпе. Выполняя шаг на балансиr , надо вставать на самую верхушку, переносим центр тяжести на левую ногу, затем на правую ногу и повторяем несколько раз. сохранять равновесие.

Упражнение 2

1 И.п.Стоя на диске, двигать глазами вверх-вниз, влево-вправо, по диагонали.
2. усложнение, двигать руками, следить глазами за руками(в руках предмет).

Упражнение 3

1 И.п.Стоя на двух ногах, держим перед собой палочку, делаем вдох

2. поднимаем палку над головой и на выдохе опускаем

Упражнение 4

И.п.- стойка на вершущке балансира , руки на пояс. 1- стойка на правой ноге, левую прижать к голени опорной; 2-7 зафиксировать позу; 8- и.п.; 9-16 то же, стоя на левой ноге. Опорная нога прямая, поднятую ногу обязательно прижать к опорной.

Упражнение 5

И.п.- стойка на вершущке балансира , руки на пояс. 2.Поворачиваться вокруг себя удерживая равновесие.

Упражнение 6

1 И.п.стоя на двух ногах - имитация плавания. Сначала двумя руками поочередно.(кролем)

2. затем двумя руками сразу(брасом)

Упражнение 7 (сидя)

Так же мы используем упражнения на межполушарное взаимодействие сидя на балансира. Например:

1 И.п.Сидя удерживать равновесие .спина прямая

2.Закрывать глаза удерживать равновесие

1 И.п. держим перед собой палочку, делаем вдох

2. Поднимаем палку над головой и на выдохе опускаем

Когда дети уже освоили балансира, задания усложняются с помощью предметов.

Ребенок стоя на балансира не только держит равновесие, но и получает информацию, обрабатывает её и действует по инструкции. Мы , в это время задействуем почти все анализаторы ребёнка.

Упражнение 8

- 1 И.п.Из одной руки перекладываем мешочек в другую руку (руки широко расставлены в стороны) – 3 раза.
- 1 И.п.Перекладываем мешочек над головой прямыми руками (руки разводим как можно шире) - 3 раза.
- 1 И.п.Перекладываем мешочек из одной руки в другую вокруг себя - 3 раза.

Упражнение 9

В дополнение к балансиру мы используем мишень

«Комплексе упражнений с мишенью» (и мячом)

- 1 И.п.Кидаем мяч в мишень. Цель попасть в центр мишени,
- 1 И.п.Кидаем мяч в мишень. Цель - выбить все красные фигуры.

- 1 И.п. Кидаем мяч в мишень. Цель – выбить любую фигуру.

Упражнение 10

Когда ребенок овладевает навыками работы на балансирах, предлагаем речевые игры.

Пропевание гласных звуков с движениями, балансируя на диске

Все гласные звуки [а], [у], [о], [и], [э], [ы] пропеваются на выдохе.

Цветок распускается» - звук «А»

Исходное положение – стоя на балансирах, руки опущены.

Руки через стороны поднимаем вверх – вдох.

Руки через стороны опускаем вниз. Поем «А-а-а-а - выдох».

Применение разнообразных форм, средств, методов физического воспитания дают единую целевую направленность – это адаптивное физическое воспитание дошкольников с ограниченными возможностями здоровья.

С помощью данного тренажёра у наших детей улучшилась согласованность рук и ног, движения стали более точными и уверенными, повысилась речевая активность, они научились проявлять эмоции.

Так как мозжечковая стимуляция положительно влияет

- на психические и эмоциональные процессы

- снижает утомляемость, повышает внимательность, собранность, концентрацию внимания, улучшает память

- на поведенческие нарушения улучшается поведение, снижается импульсивность, проявления гиперактивности Улучшается работа вестибулярного аппарата, улучшается осанка.

Закончить свою презентацию я бы хотела словами: «Протяни руку помощи «особым детям», чтобы у детей с ограниченными возможностями, возможности стали БЕЗГРАНИЧНЫМИ!