***Захарова Ольга Владимировна, учитель-логопед***

***МБДОУ «ДС № 86 «Брусничка»***

**Комплекс упражнений с ипользованием балансировочной доски Бильгоу в коррекционно –логопедической работе.**

Комплекс специальных упражнений по программе мозжечковой стимуляции рекомендован детям, у которых наблюдаются нарушения координации, внимания, гиперактивность (СДВГ), есть задержка устной речи. Мозжечковая "гимнастика" увеличивает эффект любых коррекционных занятий

Тяжелое нарушение речи - сложное комплексное нарушение, при котором страдают все компоненты речи ребенка: звукопроизношение, лексика, грамматический строй, связная речь. Проблемы речевого развития у детей, часто связывают с нарушением работы мозжечка.

В последнее время стали считать, что мозжечок - это ключ к интеллектуальному, речевому и эмоциональному развитию, поэтому его необходимо развивать. Меня заинтересовал вопрос формирования мозжечка в детском возрасте. 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 проходит обеспечение всех движений человека: артикуляционного аппарата в **процессе речи**, глаз во время считывания текста с листа, пальцев при письме и т. д.

Я изучила литературу по данному вопросу, прочитала отзывы об **использовании доски Бильгоу** в работе с детьми дошкольного возраста с разными патологиями. Часто упражнения на **балансире** называют мозжечковой стимуляцией. Мозжечковое стимулирование показано при следующих состояниях:

ЗРР разной степени тяжести, проблемы дислексии, дисграфии, логоневроз, синдром дефицита внимания и гиперактивности, аутизм и состояние аутического спектра, алалия, заикание, отставание в развитии моторики, поведенческие нарушения, несобранность, повышенная отвлекаемость, нарушение осанки, проблемы с обучаемостью.

Чтобы эти задания стали для детей с нарушениями речи интересными и неутомительными, подобран речевой материал, включающий чистоговорки, предложения, стихи, призванные заинтересовать ребенка, помочь в овладении устным материалом, развить внимание, навыки пространственной ориентировки, помогут ребенку развить мышцы артикуляционного аппарата; слуховое и зрительное внимание; память; фонематическое восприятие; расширят словарный запас ребенка, его знание и представление об окружающем мире.

С помощью данного метода мы можем реализовать поставленные **коррекционно-развивающие задачи**, вовлекая в работу различные анализаторные системы, позволяющие достичь желаемого результата.

**Упражнения на развитие эквилибристической реакции:**

• Залезть и слезть с **доски** : а) спереди; в) сзади; с) с обеих сторон.

• Стоя на **доске**, двигать глазами вверх-вниз, влево-вправо, по диагонали, рисовать восьмерку. Стоя на **доске**, двигать руками, рисуя восьмерку, следить глазами за руками. Стоя на **доске** рисовать восьмерку и знак бесконечности носом.

• Упражнение на дыхание. Одна рука на животе, другая на груди. По команде ребенок надувает сначала грудь (3-5 раз, затем надуваем живот *(3-5 раз)*.

• Можно **использовать пазлы**, например, пройти по дорожке до **доски**, залезть на **доску**, выполнить упражнение, сойти и вернуться по массажной дорожке до необходимого места.

• Ребенок в положении сидя *«по - турецки»*. Раскачивая **доску** попросить ребенка удержать равновесие.

• Ребенок в положении сидя на **доске**. Упражнения для рук - имитация плавания. Можно двумя руками поочередно.

• Вращательные движения руками, двумя сразу и по очереди.

• Можно **использовать** упражнения на межполушарное взаимодействие, например, правой рукой взяться за левое ухо, а левой рукой взяться правое плечо и т. д.

• Стоя на **доске**, держим перед собой палочку, делаем вдох и на выдохе начинаем прокатывать палочку между ладонями, произнося поставленный звук.

• Стоя на **доске**, переносим центр тяжести на левую ногу, произносим слог, затем на правую ногу, произносим другой слог или повторяем этот же.

• Стоя на **доске**, наклониться вперед, взять мяч, мешочек.

• Расположить мячи спереди и по бокам от **доски**, попросить наклонившись, взять в руки мяч определенного цвета.

• Беремся руками за концы гимнастической палки. Подняв руки вверх, произносим слог, например, *«РА»*, опускаем руки, произносим *«Ры»*. Далее руки согнуты в локтях, палка расположена на уровне живота, поворачиваемся влево, вытягиваем руки и произносим слог *«Ру»*, возвращаемся в исходное положение, аналогичное действие выполняем, повернувшись вправо и произносим слог *«Ро»*.

Затем **используются**  весовые мешочки - от легкого к тяжёлому.

**Упражнения с мешочками.**

• Сначала стоя на **доске**, ощупывали мешочек, догадываясь, что внутри.

• Затем перекладывали один мешочек с руки на руку, над головой, спереди под коленями.

• Берем мешочек в правую руку, отводим сначала в одну, затем в другую сторону, произносим слог с автоматизированным звуком, затем, переложив в правую руку мешочек, поднимаем руку вверх и произносим следующий слог, аналогичные манипуляции с левой рукой, далее, держим мешочек двумя руками, произносим слог и вытягиваем руки перед собой.

• Подбрасывали и ловили один мешочек с хлопками;

• Подбрасывали и ловили два мешочка, с перекладыванием с руки на руку и другие упражнения.

• Кидать мешочки и мячик в мишень на стене и на полу

• Кидаем мешочек с отклонением влево/вправо, называем слово, просим вернуть мешочек и повторить слово. Это же упражнение можно выполнить с мячом.

В этих упражнениях сначала **использовали мешочки одного веса**, затем разного.

**Упражнения с мячами.**

• Подкидывание мяча и его ловля, называя автоматизируемый звук.

• Подкидывать мяч, хлопнуть в ладоши, назвать слог/слово на заданный звук, поймать мяч.

• Ударами мяча об пол, **доску**, стену, называя слово, делим его на слоги, ловим мяч двумя *(одной)* руками.

• Ударяем мяч об пол одной рукой, ловим другой, при этом называем слова или слоги на автоматизируемый звук.

• Попасть в мишень из геометрических фигур, например, попасть только не в зеленые фигуры, или только не в круги. Можно разместить картинки с автоматизируемым звуком на напольной **доске** и попросить попасть мечом в те картинки, в названии которых звук *«Р»* находится в начале слова.

• Попасть мячом в цифру на напольной **доске** с цифрой соответствующему количеству слогов в слове.

• Рассказывание стихотворных текстов или чистоговорок под ритм ударов мяча.

• Осуществлять массаж кистей рук, стоя на **доске**, как массажными шариками, так и шарами СУ- Джок и колечками из этого же набора, проговаривая различные стихотворения.

• Одновременное **использование** артикуляционных упражнений на смену артикуляционных позиций и раскачивания **доски**.

• Придумывание слов как на лексическую тему, так и на закрепляемый звук, попадаем кольцами на штатив, либо мячом в ведерко, корзину.

• Попасть мячом в разные корзинки при работе на дифференциацию звуков, звуковом анализе.

• Попасть мячом в квадрат соответствующем позиции звука в слове *(начало/ середина/ конец)*.

• Соотнесение первого звука слова с названием цвета, **используем напольную доску**.

• *«Повтори рисунок»*. Данное упражнение тренирует зрительную память и внимание. Предлагается схема рисунка, повторить ее ударами мяча по геометрическим фигурам на напольной **доске**.

• Отбивание мяча левой/правой рукой, называя слово с закрепляемым звуком, либо направить работу на словоизменение, либо согласование существительных с числительными.

• Перекрестное направление мяча друг другу, т. е. ребенку бросаете мяч левой рукой в направлении его правой руки, затем наоборот правой рукой кидаете мяч в направлении левой руки, проговариваете речевой материал. Ребенок должен вернуть вам мяч точно так же.

Следующим этапом было стоя на **доске** ловить и бросать мячик – маятник. В потолок вбили крючок, к нему привязали на тонкой верёвке резиновый мячик среднего размера на расстоянии 1 м 30 см от пола.

**Упражнения с мячиком - маятником.**

• Подбрасывать и ловить мячик разными руками,

• побрасывать и ловить с хлопками;

• подбивать *(движение вверх)* мячик раскрытой ладошкой, как можно большее количество раз, одной рукой, другой, поочерёдно;

• отбивать мячик ракеткой, планкой;

• бросать и ловить со взрослым разными руками, поочерёдно, с разного расстояния.

Упражнение с цветной планкой.

• Отбивать мяч - маятник одним цветом, или разными по сигналу педагога.

• Отбивать мяч правым и левым концом планки, либо серединой.

• Отбивать мяч планкой, пытаясь сбить мишень, стоящую на подставке.

Эти упражнения также можно выполнять, закрепляя речевой материал.

Пропевание гласных звуков, **балансируя на доске**, с длительным удержанием кинестетической позы рук

Пропевание гласных звуков с движениями, проговаривание стихов, скороговорок, **балансируя на доске Бильгоу**.