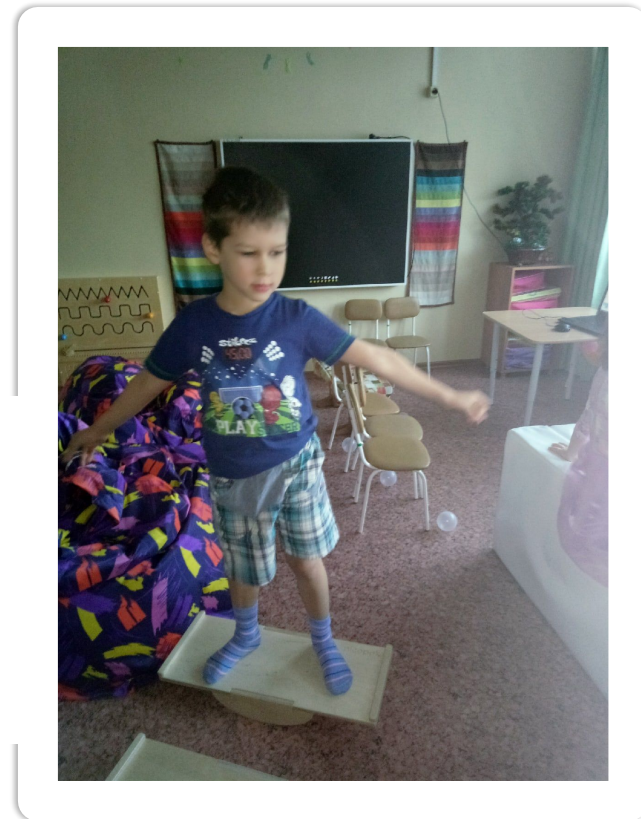
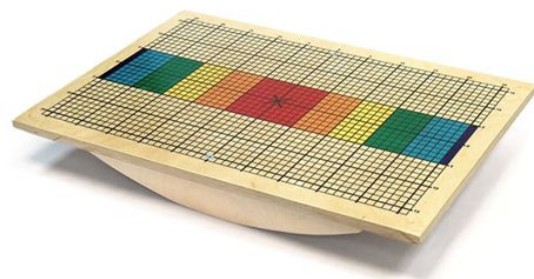


Семинар – практикум

«Что такое балансир и как он влияет на развитие мозга?»



Подготовила:
Педагог-психолог Корсакова В.Н.

Развитие мозга человека



При рождении вес мозга – 350 граммов (8-10% от общей массы тела, около 25% от веса мозга взрослого человека)



У взрослого человека вес мозга – 1500 - 2000 граммов (не более 2,5% от общей массы тела)

Развитие мозга



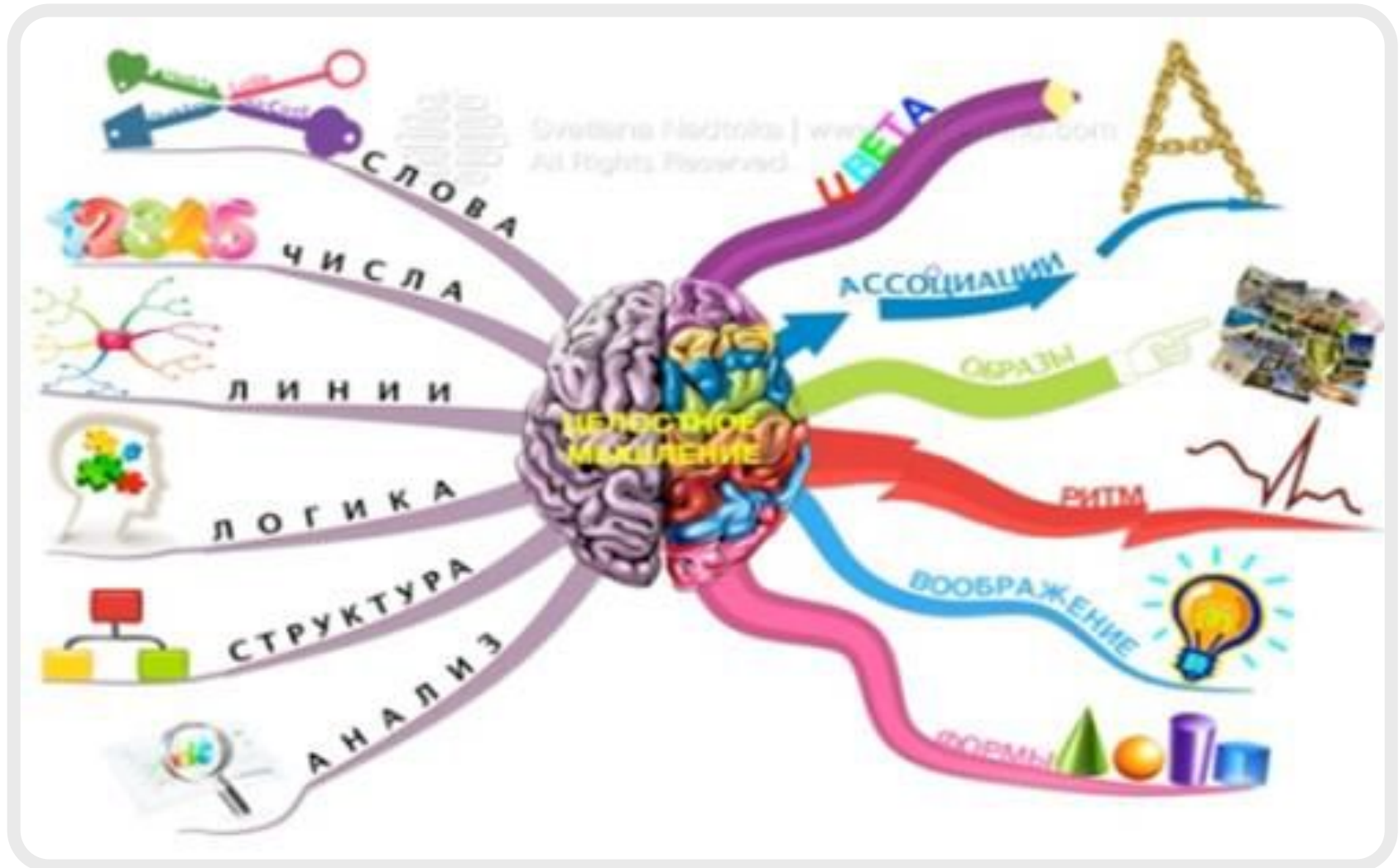
При рождении вес мозга – 25%
от веса мозга взрослого
человека

В 2,5 года вес мозга – 75% от веса
мозга взрослого человека

Рост веса мозга ребенка – 1 мг в минуту

Большинство нервных систем формируется до 3 лет.

Развитие левого и правого полушарий.

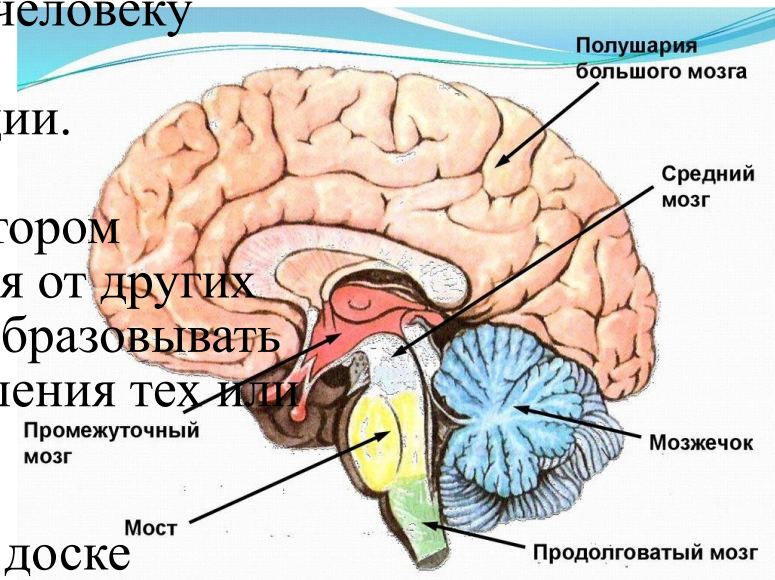


Мозжечок – очень важный отдел мозга, который находится в глубинных структурах головного мозга, он отвечает за координацию движений и связан со всеми структурами нервной системы.

Часть мозжечка занята тем, что обеспечивает человеку возможность поддерживать равновесие, а другая его часть отвечает за действия и эмоции.

Мозжечок – самый быстрый отдел мозга, в котором перерабатывается вся информация, полученная от других отделов. Это в свою очередь заставляет мозг образовывать новые нейронные связи, необходимые для решения тех или иных задач.

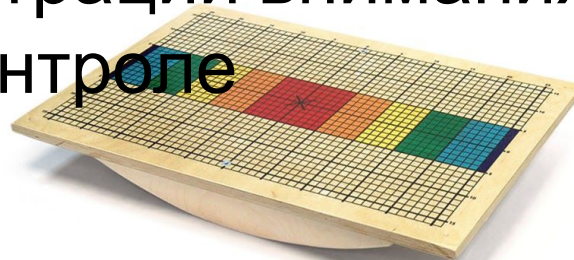
Большинство упражнений на балансирующей доске пересекают среднюю линию тела, многократное повторение которых приводит к значительному улучшению межполушарного взаимодействия. А это является необходимой предпосылкой для формирования речи и других психических процессов.



Балансирующая доска БИЛЬГОУ

Современная нейропсихология утверждает: мозжечок связан со всеми структурами нашей нервной системы. Он участвует в интеллектуальном, речевом и эмоциональном развитии ребенка.

Сам Фрэнк Бильгоу отмечал, что после 15 минут занятий можно видеть сначала кратковременный, затем все более устойчивый эффект в улучшении концентрации внимания, скорости мышления, самоконтроле



Ощущение тела в пространстве – важный путь познания

Балансировочная **доска Бильгоу**, которая является одним из наиболее эффективных методов развития мозжечка. Цель подобной мозжечковой стимуляции – синхронизировать работу центров мозга, ответственных за познавательные и двигательные функции, а также развить зрительно-моторное взаимодействие и координацию.

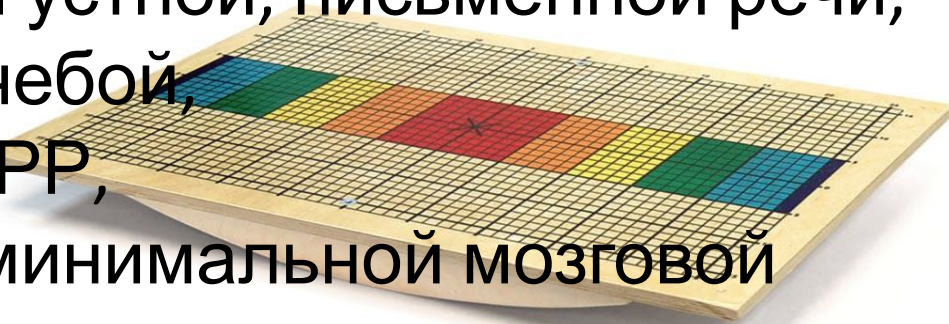
Мозжечковая стимуляция — современный метод коррекции различных нарушений в речевом и интеллектуальном развитии. Несмотря на то, что применяется он всего пару десятилетий, специалисты видят за ним большое будущее, называя его буквально «ключом к обучению мозга».



Балансирующая доска БИЛЬГОУ

Специальные занятия по программе мозжечковой стимуляции рекомендованы детям:

- у которых есть нарушения координации,
- внимания,
- гиперактивность (СДВГ),
- выявлены аутичные черты,
- есть задержки устной, письменной речи,
- проблемы с учебой,
- ЗРР, ЗПР, ЗПРР,
- последствия минимальной мозговой дисфункции,
- ДЦП.



Балансирующая доска БИЛЬГОУ

Ребенок стоит на поверхности доски, которая, в свою очередь, укреплена на округлой основе, что и заставляет его балансировать в попытках удержать равновесие. Основание конструкции очень похоже на основание детских игрушек-качалок.

Они включают упражнения на равновесие, координацию движений, развитие зрительно-моторной координации. Во время сеанса ребенок должен, балансируя на доске, удерживать положение своего тела и выполнять определенные задания. Эти задания постепенно становятся сложнее. В структуру занятия включаются упражнения с другими атрибутами: мяч-маятник, мячики, мешочки и т.д.

Мозжечковая стимуляция улучшает:

- Уровень концентрации внимания,
- Все виды памяти,
- Развитие речи-как устной , так и письменной,
- Математические и логические способности,
- Анализ и синтез информации,
- Работу эмоционально-волевой сферы.



Межполушарное взаимодействие с использованием межполушарных досок

Единство мозга складывается из деятельности двух его полушарий. Между полушариями находится мозолистое тело, которое интенсивно развивается до 7-8 лет. Межполушарное взаимодействие — особый механизм объединения ЛП и ПП в единую интегративную, целостно работающую систему, формирующийся под влиянием как генетических, так и средовых факторов.



Межполушарное взаимодействие с использованием межполушарных досок

Неспособность правого и левого полушарий к интеграции, полноценному взаимодействию – одна из причин нарушения функции обучения и управления своими эмоциями.

Только взаимосвязанная работа двух полушарий мозга обеспечивает нормальную работу всех психических процессов.

Развитие межполушарного взаимодействия является основой интеллектуального развития ребенка.

Поскольку при выполнении упражнений постоянно требуется включение функций моторного планирования и слуховых и зрительных функций, неизбежно улучшается внимание и возникает состояние включенности когнитивных процессов.

Кинезиология – наука о развитии головного мозга через движение.

Кинезиологические упражнения активизируют межполушарное взаимодействие, синхронизируют работу головного мозга.

При регулярном выполнении этих упражнений нервные пути в мозолистом теле восстанавливаются

Мозолистое тело необходимо для координации работы мозга и передачи информации из одного полушария в другое.

Глазодвигательные упражнения позволяют расширить поле зрения, улучшить восприятие. Однонаправленные и разнонаправленные движения глаз и руки развивают межполушарное взаимодействие и повышают энергетизацию организма.

Вестибулярная система контролирует ощущение движения и баланса



Орган вестибулярной системы находится во внутреннем ухе, рядом с



Необходимы упражнения на равновесие, на качалках, на балансирах, на горке

Доска совы

Представляет собой деревянную панель, изогнутую полукругом. На ней можно не только стоять, но и сидеть и лежать. Поэтому такой балансир разрешается для детей с 1 года. Также доску совы можно использовать в качестве качелей, если продеть веревку в имеющиеся на концах дырочки.



Баланскейт

Этот тренажер состоит из пластикового корпуса с колесиками и держателями по бокам. Он поможет ребенку развивать моторные навыки, координацию движений, баланс и равновесие. Сначала эта игрушка - балансборд со звуковыми эффектами для безопасного развития навыков балансирования сидя и стоя, после 2 лет борд можно превратить в самокат, после 3 – в самый настоящий скейтборд



Титер поппер

Этот балансир отличается от остальных наличием присосок со стороны, которая соприкасается с полом. Они создают дополнительную нагрузку на мышцы, заставляя ребенка прилагать усилия при раскачивании, а также вносят в игру смешные причмокивающие звуки и разнообразие. Ребенок, пытаясь найти больше способов извлечь звуки, обязательно увлечется этой игрушкой. При этом поппер помогает развивать чувство равновесия, моторику и даже воображение. Строгих правил его использования нет, ребенок может сидеть внутри, стоять на ней, прыгать, вращаться, раскачиваться и делать все, что позволит фантазия. Рассчитана на возраст от 2-х лет и старше. Максимальный вес играющих 50 кг.



Билибо

Этот тренажер похож на тазик с круглым дном. Он может стать чем угодно: и качалкой, и кочкой, и горкой и шлемом, и панцирем, и барабаном, и туннелем. Он изготовлен из максимально ударопрочного пластика. Эта игрушка без, казалось бы, определенного назначения отмечена многими наградами в индустрии детских игрушек. Ребенок может в нем сидеть или стоять, а также перевернуть и встать сверху. Балансир сделан из ударопрочного пластика и имеет множество расцветок. На нем можно тренировать детей старше 1 года. Немного похож на вариант выше, но все же отличается.



Островки

Такой балансир отличается устойчивой ребристой поверхностью. Платформы имеют ребристую форму и не скользят по полу. Передвигаясь по ним, стараясь не задеть пола, дети развивают координацию, точность движений и получают положительные эмоции. Также, занятия на этом балансире являются профилактикой и коррекцией плоскостопия. Островки продаются в наборах по несколько штук, чтобы ребенок мог тренировать равновесие не только на одном месте, но и передвигаться по всей комнате. Разрешен с 2 х лет.



Лабиринт

Подходит для детей от 4 лет. Необычный вариант балансира, так как имеет встроенный лабиринт с шариком. Ребенку придется не только сохранять равновесие, но и пройти все этапы игры, не коснувшись пола ногами. Это не просто балансир, но еще и игра на точность. Занимаясь на нем, ребенок концентрирует внимание на движении шарика, не задумывается о координации и балансе, но в то же время развивает их.



Индоборд

Балансир имеет такое же устройство, как у эквилибристов. Он состоит из плоской доски и цилиндра. Научиться балансировать на таком тренажере сложно, понадобится помощь взрослого. Поэтому он рекомендуется детям с 5-6 лет.



Воблборд

Это диск с закрепленным полушарием на дне, который не скользит. Подходит для детей с 4 лет и взрослых. Такая доска позволяет выполнять широкий спектр упражнений — от простого перемещения из стороны в сторону, не касаясь пола, до отжиманий, приседаний и стойки на одной ноге. Часто используется для фитнес-тренировок.



Качели

Замечательный тренажер, который выполняет сразу три функции - балансира, качелей и мостика.
Предназначен для детей от 3-х до 7 лет.



Спунер

Этот тренажер подходит для детей с 4 лет, которые хотят кататься на скейте, сноуборде, доске для фристайла. Ребенок может научиться держать баланс, поворачивать доску, выполнять простейшие трюки. Это многофункциональная доска, которая развивает стабильность, равновесие, координацию и двигательные навыки.

