

«Балансирьы. В чём их польза для развития ребёнка?»



Балансировочная доска - **балансир**, по-настоящему уникальный инструмент коррекционно-развивающего процесса, так как игры с использованием балансира дают возможность развивать равновесие и координацию, укреплять мышцы ног и спины, а так же стимулируют интеллектуальное, речевое и эмоциональное развитие младшего дошкольника.

При попытке удержать равновесие на балансире происходит тренировка способности осознавать положение тела в пространстве, что является ключевым в стимуляции межполушарного взаимодействия и в работе мозжечка у детей. **Помогая ребенку сконцентрировать внимание на себе и своих действиях, мы напрямую влияем на процессы речи и мышления.** Поэтому игры и занятия на балансире входят в программы развития и коррекции для всех детей. **Используя упражнения на балансире расширяются резервные возможности функционирования головного мозга ребенка.** Такие игры желательно поводить **каждый день всего по 10 -15 минут.**

Упражнения на развитие чувства баланса

Для начала мы должны обучить ребенка залезать – слезать с балансира.

Задания: пройти по дорожке до балансира, залезть на него, поймать баланс - стоять ровно, сойти и вернуться по сенсорной дорожке;

покачаться на балансире под задаваемый родителями ритм (это может быть музыка, считалка или счет);

запустить на середину балансира машинку и попросить ребенка покатавать ее в разные стороны, без помощи рук.



Упражнения на балансирах с мешочками и мячом

Задания: стоя на балансирах, ребенок ощупывает мешочек, пытаясь догадаться, что внутри;

стоя на доске, ребенок наклоняется вперед, чтобы взять мешочек или мяч;

расположить мячи или мешочки спереди и по бокам от доски, попросить ребенка, наклонившись, взять в руки мешочек определенного цвета;

ребенок перекладывает один мешочек или мяч с руки на руку, над головой, спереди под коленями;

перекладывание мешочка или мяча из руки в руку за спиной;

подбрасывание и ловля мешочка с хлопками и др.

Упражнения с балансирами для развития речи

Задания: стоя на балансирах ребенок держит перед собой палочку, делает вдох и на выдохе начинает прокатывать палочку между ладонями, произнося поставленный звук;

стоя на балансирах, ребенок переносит центр тяжести на левую ногу, произносит слог, затем на правую ногу, произносит другой слог или повторяет этот же;

рассказывание стихотворных текстов или чистоговорков под ритм качания на доске;

осуществлять массаж кистей рук, стоя на балансирах, как массажными шариками, так и шарами Су-Джок, проговаривая различные стихотворения.

