

«Игры и упражнений с мешочками для мозжечковой стимуляции».

Мозжечок — это отдел головного мозга, который контролирует координацию движений, равновесие и позы человека, мышечный тонус.

Мозжечок позволяет автоматически двигать мышцами на бессознательном уровне, когда ездим на велосипеде, водим машину, играем на пианино, а также он отвечает за уровень интеллекта, развития речи и поведения.

Очень часто у детей, имеющих речевые и психические нарушения, недостаточность двигательных функций и проявляется она во всех компонентах моторики: в общей моторике, в тонких движениях кистей и пальцев рук, в мимической и речевой моторике.

Показаний к проведению мозжечковой стимуляции.

1. Проблемы с речью:
2. Особенности моторики:
3. Проблемы с сосредоточением, вниманием и плохой памятью.
4. Поведение- частые перепады настроения, импульсивность.

Выполнение упражнений для мозжечковой стимуляции позволяет, улучшить синхронизацию и взаимодействие отделов головного мозга (лобные доли, полушарий мозга) и, как следствие, взаимодействие вестибулярной, проприоцептивной, зрительной, тактильной.

Игры и упражнения для развития мозжечковой стимуляции проводятся:

- 1-от простого к сложному;
- 2-позапно освоения;
- 3-попеременно (выполнение упражнений двумя руками, правой, левой, поочередно);
- 4.направленности движений (выполнение упражнений по центру, вправо, влево, по кругу);
- 5-усложнения инструкции, то есть выполнение упражнений с использованием балансировочных тренажеров;

Упражнений с мешочками:

Ребенок занимает исходное положение на балансировочной доске, балансирует, удерживаясь на её поверхности. При правильном, устойчивом положении ребенка на доске, ему предлагается выполнить упражнения. Каждое упражнение повторяется до 10 раз.

-Взрослый кидает ребенку мешочек с крупой, ребенок ловит мешочек одной рукой (при этом можно проговаривать прямой и обратный счет до 10).

- Взрослый кидает мешочек, ребенок ловит мешочек двумя руками (при этом можно проговаривать прямой и обратный счет до 10).
- У ребенка в руках мешочек, у взрослого в руках мешочек - мешочки кидать друг другу и ловить одновременно (при этом можно проговаривать прямой и обратный счет до 10).
- Ребенок держит мешочек перед собой, подбрасывает вверх двумя руками, ловит его двумя руками (при этом можно проговаривать прямой и обратный счет до 10).
- Ребенок держит мешочек перед собой, подбрасывает вверх одной рукой (правой / левой), ловит одной рукой (при этом можно проговаривать прямой и обратный счет до 10).
- Ребенок держит мешочек перед собой, подбрасывает вверх двумя руками, пока мешочек летит обратно, ребенок должен хлопнуть в ладоши (1 раз, с усложнением 2 / 3 раза), поймать мешочек двумя руками.
- Ребенок держит мешочек, подбрасывает вверх одной рукой – правой, ловит левой.
- Ребенок держит мешочек, подбрасывает вверх одной рукой – левой, ловит правой.
- Ребенок держит мешочки в двух руках, подбрасывает вверх двумя руками, ловит двумя руками.
- Ребенок держит мешочек, взрослый держит мешочек; ребенок бросает вниз мешочек из рук, при этом ловит мешочек, который ему бросил взрослый.
- Ребенок разворачивает тело на доске на 90 градусов, так чтобы ноги не меняли своего положения, подбрасывает и ловит мешочек одной рукой (поворот в левую/в правую сторону).