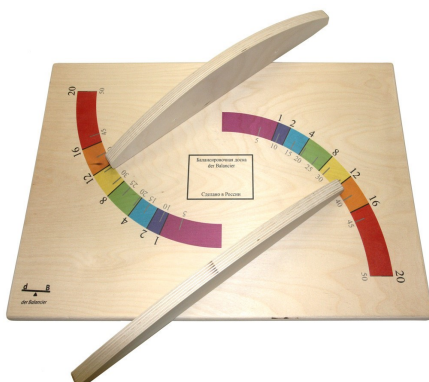




Доска Бильёу



## Использование простых упражнений

Начинать можно с задач, с которыми легко справиться любой ребенок, например:

1. Залезть на доску с боковой части, сзади и спереди.
2. Имитация плавания сидя на поверхности.
3. Удержание равновесия в позе «пугачки» при раскачивании.
4. Медленные повороты назад и вперед в положении стоя.
5. Расположение на корточках с движением головы в стороны, фиксацией взгляда на предмете, вращения головой по кругу.
6. При любом положении можно поднимать прямые руки в стороны, складывать на груди, нагибаться, чтобы достать пальцы на ногах и так далее.

г.Горно-Алтайск,  
пр.Коммунистический 89  
Тел.8(388)226-30-79  
Горно-Алтайск,  
2021г.



**Доска Бильёу**  
**«стимулируем мозжечок!»**





## Балансирующая доска — Бильгоу, первоклассный метод в стимуляции мозжечка!

### Стимуляция мозжечка

Как определить, нужны ли мозжечку дополнительные занятия? Нейропсихологи выделяют несколько признаков, которые свидетельствуют о недостаточной функции мозжечка:

- позднее начало самостоятельной ходьбы, пропуск стадии ползания;
- позднее начало речи;
- высокая возбудимость, утомляемость ребенка, сложности с самоконтролем;
- отвлекаемость, трудности с концентрацией;
- плохая память;
- пониженная успеваемость в школе;
- нарушения в поведении, изменчивость настроения, импульсивность; нарушения координации движений (неуклюжесть, неловкость, сложности в активных играх), отставание в моторном развитии.

Рекомендована стимуляция мозжечка детям с ДЦП, при аутизме, для алаликов, в случае гепарактивности, нарушений в поведении, слабого уровня обучаемости, при задержках речевого развития.

Главную роль в стимуляции мозжечка играет метод Бильгоу и его балансирующая доска.

Для работы над стимуляцией мозжечка применяется специально разработанное устройство — балансирующая доска Бильгоу (Белгау). Упражнения чем-то похожи на лечебную физкультуру.

Ребенок стоит на поверхности доски, которая, в свою очередь, укреплена на округлой основе, что и заставляет его балансировать в попытках удержать равновесие. Ребенку приходится балансировать и в положении стоя выполнять различные упражнения.

Поверхность доски имеет специальную разметку, а угол наклона платформы регулируется рокерами, изменяющими радиус от 5 до 50 градусов. В зависимости от уровня наклона изменяется уровень сложности упражнений.



Данный метод улучшает:

- развитие устной речи;
- овладение техникой чтения и письма рукой;
- способность к концентрации внимания;
- память;
- способность к обработке информации;
- математические способности;
- логическое мышление, навыки планирования;
- умение адекватно выражать свои эмоции.

Мозжечковая стимуляция способствует повышению успеваемости в школе и дошкольных учреждениях. Благодаря данному методу усиливается эффективность занятий у детей, проходящих курсы терапии у логопедов, психотерапевтов, дефектологов и других специалистов, занимающихся коррекцией поведенческих, коммуникационных и эмоционально-волевых навыков.

Взрослым так же необходимо стимулировать мозжечок, катаясь например на велосипеде.