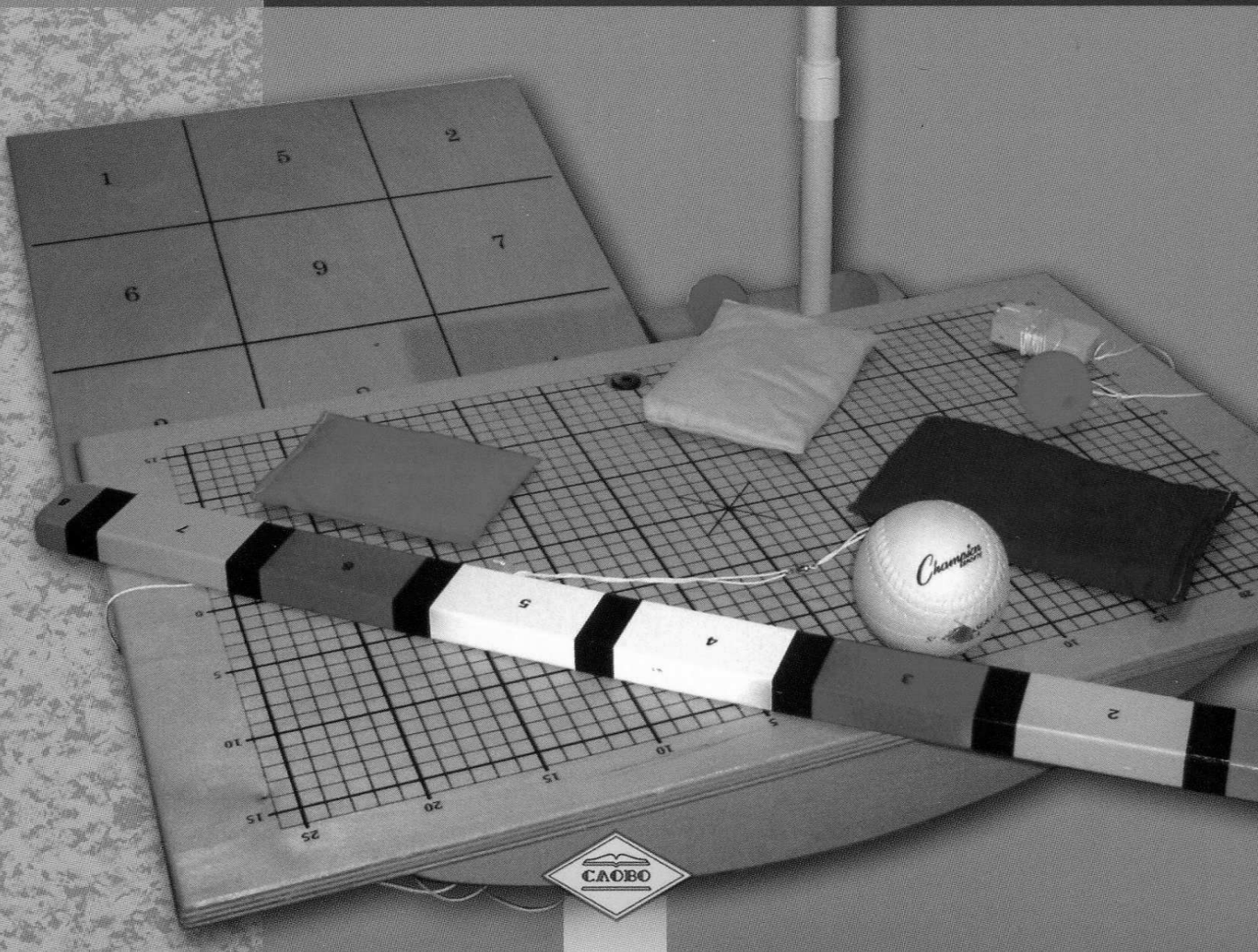


О.В. Кочерга, В.В. Шорохова

*Використання балансувальної дошки
доктора Френка Белгау
в навчально-корекційній роботі
з учнями 1-4 класів із порушеннями
психофізичного розвитку*



Київський університет імені Бориса Грінченка
Інститут післядипломної педагогічної освіти

О.В. Кочерга, В.В. Шорохова

**Використання балансувальної дошки
доктора Френка Белгау
в навчально-корекційній роботі
з учнями 1-4 класів із
порушеннями психофізичного розвитку**

*Методичні рекомендації для фахівців спеціальних,
загальноосвітніх навчальних закладів
та батьків учнів*



Київ 2015

УДК 373.3.011.3-051:376-056.36]:[616.8-009.1-085:685.643.8]](072)

ББК 74.3я7+56.1я7

К 75

*Рекомендовано Вченою радою Інституту післядипломної педагогічної освіти Київського університету імені Бориса Грінченка
(протокол №7 від 16.04.2015 р.)*

Автори:

О.В. Кочерга, заступник директора Інституту післядипломної педагогічної освіти Київського університету імені Бориса Грінченка, кандидат психологічних наук, доцент.

В.В. Шорохова, викладач кафедри методики суспільно-гуманітарної освіти та виховання Інституту післядипломної педагогічної освіти Київського університету імені Бориса Грінченка.

Рецензенти:

Мартинчук О.В., завідувач кафедри корекційної освіти та інклюзивного навчання Інституту людини Київського університету імені Бориса Грінченка, кандидат педагогічних наук, доцент.

Гонгалюк І.І., завідувач відділення соціально-медичної реабілітації дітей з ураженням ЦНС та розумово відсталих дітей (денне перебування) Печерського району м. Києва, сертифікований тренер міжнародної системи баламетрики.

Кочерга О.В.

К 75 Використання балансувальної дошки доктора Френка Белгау в навчально-корекційній роботі з учнями 1-4 класів із порушеннями психофізичного розвитку : методичні рекомендації для фахівців спеціальних, загальноосвітніх навчальних закладів та батьків учнів / Кочерга О.В., Шорохова В.В. – К. : Видавничий Дім «Слово», 2015. – 64 с.

ISBN 978-966-194-234-8

У посібнику узагальнено теоретичні підходи до використання балансувальної дошки доктора Френка Белгау, подано методику проведення занять із баламетрики, представлений практичний матеріал для її застосування в освітньому закладі.

Методичний посібник адресовано педагогам, які працюють з дітьми із порушеннями психофізичного розвитку та типовим розвитком, а також може бути використаний батьками.

УДК 373.3.011.3-051:376-056.36]:[616.8-009.1-085:685.643.8]](072)

ББК 74.3я7+56.1я7

ISBN 978-966-194-234-8

© Кочерга О.В., Шорохова В.В., 2015

© Видавничий Дім «Слово», 2015

Шановні колеги!

Цей посібник уміщує методичні рекомендації для педагогів спеціальних освітніх установ, які працюють з учнями початкових класів, що мають порушення інтелекту та інші особливі потреби. Між тим запропоновані рекомендації можуть бути використані педагогами загальноосвітніх шкіл. Потрібно буде тільки підійти до них творчо (насамперед зважено, вдумливо, дотримуючись природних потреб учнів у їх щоденній психомоторній активності). Рекомендаціями можуть скористатися й батьки молодших школярів. Педагогам важливо пам'ятати, що представлені рекомендації не є догмою тому можуть корегуватись в залежності від індивідуальних психомоторних потреб учнів початкової школи.

У рекомендаціях реалізовано новітній психолого-педагогічний напрям корекційної діяльності – систему баламетрики з використанням балансувальної дошки доктора Френка Белгау. Даний напрям роботи також буде корисним і для учнів із типовим розвитком.

Ефективність застосування цієї системи в роботі з дітьми із порушеннями психофізичного розвитку, експериментально підтверджена. Представлено теоретичні підходи до застосування балансувальної дошки Ф. Белгау, подано апробовану в ході експериментальних досліджень методику проведення занять для тренування вестибулярного апарату та рівноваги, надано практичні поради для проведення занять із баламетрики, систему вправ, які діти зможуть виконувати, починаючи від раннього віку.

Виконання вправ на балансувальній дошці сприяє зміцненню здоров'я та нормалізації психофізіологічного стану дітей, що в результаті призводить до покращення їхніх навчальних успіхів.

Використання вправ для тренування вестибулярного апарату дозволить більш повно розкрити потенційні можливості кожного учня, наблизить повсякденну діяльність дітей до їхніх природних можливостей, допоможе створити комфортне навчальне середовище й позитивну атмосферу, яка сприятиме оптимальному розвитку кожної дитини.

*Бажаємо успіхів у роботі
та досягнення позитивних результатів!*
Контакти авторів: www.ipro.kubg.edu.ua

Зміст

Вступ.....	7
Значення вестибулярного та рухового аналізаторів у житті людини.....	9
Що являє собою вестибулярний апарат.....	11
Рівновага та розвиток здібностей учнів.....	13
Балансувальна дошка Френка Белгау.....	16
Організація занять із баламетрики.....	20
Методика навчання балансувальним вправам.....	23
Вправи на балансувальній дошці доктора Френка Белгау.....	28
Візуально-моторна контрольна палиця (ВМК).....	29
Вправи з візуально-моторною контрольною палицею.....	30
Маятниковий м'ячик.....	31
Вправи з маятниковим м'ячиком.....	32
Супер-м'яч.....	33
Супер-бол (вправи з відскакуючим м'ячиком).....	34
Колода з перемінним рівнем складності.....	35
Вправи на колоді з перемінним рівнем складності (виконання одним учнем).....	36
Вправи на колоді з різним рівнем складності (виконання в парі).....	37
Оборотна дошка.....	38
Вправи з адаптації до оборотної дошки.....	38
Основні вправи на оборотній дошці.....	39

Мішечки БІНІ.....	40
Вправи з мішечками БІНІ (виконання одним учнем)..	40
Вправи з мішечками БІНІ (виконання в парі).....	42
Педагогічні висновки.....	49
Перелік нормативно-правових та інструктивних документів Міністерства освіти і науки України та Міністерства охорони здоров'я України.....	51
Додатки.....	55

0.....	
11.....	
12.....	
16.....	
20.....	
23.....	
28.....	
29.....	
30.....	
31.....	
32.....	
33.....	
34.....	
35.....	
36.....	
37.....	
38.....	
38.....	
39.....	

Вступ

Баламетрика – новітній психолого-педагогічний напрям діяльності спеціальних закладів освіти, в основу якого покладено систему корекційно-розвивальних занять, спрямованих на оптимізацію роботи вестибулярного апарату дитини. В результаті таких занять покращується загальна чутливість, психомоторні дії, активізується міжпівкульова взаємодія в роботі головного мозку школярів. Покращується їхнє мислення, робота органів чуттів, розвивається уява, відбувається становлення довільної уваги як однієї з провідних функцій, здатної організувати та спрямувати психічні процеси дитини. Корекційно-розвивальні заняття не лише розвивають вестибулярний апарат, а й зміцнюють увесь організм, тренуючи м'язовий каркас тіла. Завдяки застосуванню баламетрики значно підвищуються результати навчання молодших школярів.

В основу методичних рекомендацій покладено результати наукового дослідження «Вплив баламетрики на психофізичний розвиток дітей з особливими освітніми потребами в навчально-корекційному процесі», проведеного у спеціальному закладі I-II ступенів №26 міста Києва на основі авторської програми «Прорив» доктора Ф. Белгау (США)».

Програму навчання «Прорив» було створено керівником лабораторії рухового й зорового сприйняття Університету Х'юстона доктором Френком Белгау в 1989 році. У програмі враховано особливості корекційного впливу на загальну чутливість тіла через функціонування нервової системи

та сенсорної інтеграції, основу якої становить злагоджена робота вестибулярного апарату, від стану якого залежить розвиток і вдосконалення основних функцій мозку. В основу корекційної програми покладено використання балансувальної дошки, що сприяє корекції розладів сенсорної інтеграції.

Особлива цінність системи баламетрики полягає і в її універсальності. Систему баламетрики можна використовувати в освітніх закладах різного типу: і для оптимізації навчання школярів із типовим розвитком, і у створенні корекційно-розвиткових програм навчання учнів із порушеннями психофізичного розвитку. Гармонізуючи роботу вестибулярного апарату дитини, педагог стимулює загальну чутливість її тіла, що допомагає вийти на оптимальні режими під час навчання та засвоєння культурного середовища. За рахунок залучення до роботи прихованих природних можливостей організму дитини можна, минаючи дискомфортні стани у її свідомості, задіяти максимальну кількість сенсорних систем.