

# **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ БАЛАНСИРОВОЧНОЙ ДОСКИ БИЛЬГОУ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ В ПРАКТИКЕ ЛОГОПЕДА**

Косухина М.А.

Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение  
Борисоглебского городского округа детский сад № 12 общеразвивающего вида,  
город Борисоглебск

Инклюзивное образование требует комплексного подхода к обучению и к коррекции детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и трудностями в развитии. Одним из эффективных инструментов, объединяющих физическую активность и когнитивное развитие является балансировочная доска Бильгоу.

Балансировочная доска Бильгоу – это тренажёр для развития координации, равновесия и проприоцептивного восприятия. Доска представляет собой плоскость с полукруглым основанием, позволяющим раскачиваться в разных направлениях. Уровень сложности регулируется за счёт изменения угла наклона основания.

Работа на доске активизирует мозжечок – отдел мозга, отвечающий за координацию, регуляцию внимания, речевое развитие, обработку сенсорной информации, формирование навыков чтения и письма, а также за эмоциональную стабильность.

Стимуляция мозжечка через балансировку улучшает нейронные связи между различными отделами коры головного мозга, что положительно влияет на речевые и учебные навыки ребёнка (Визель Т. Г., 2009).

Доска Бильгоу используется активно в работе разных специалистов: психологов, нейропсихологов и других смежных специалистов. Особенно она эффективна в работе логопеда.

Использование доски на этапе диагностики позволяет выявить:

- уровень развития координации и равновесия;
- особенности проприоцепции и вестибулярного восприятия;
- способность распределять внимание между физической задачей и речевой деятельностью;
- уровень саморегуляции и волевой устойчивости. (Семенович А.В. 2010)

Пример диагностического задания: стоя на доске, ребёнок повторяет за логопедом цепочки слогов или слов разной сложности. Специалистом фиксируются ошибки, паузы, потеря равновесия.

Доска применяется в коррекционно-развивающей работе. Автоматизация звуков в сочетании с балансировкой усложняет задачу и повышает концентрацию внимания. Выполнение заданий на словообразование, согласование частей речи сочетается с удержанием равновесия. Также доска используется при составлении рассказов, пересказов текста, при чтении слогов, слов, коротких предложений, а также при дифференциации звуков, определение позиции звука в слове.

Ниже представлены примеры игровых упражнений при использовании балансировочной доски в работе логопеда.

1. «Звуковой ряд»: ребёнок называет слова на заданный звук, переступая с ноги на ногу на доске.
2. «Слоговые прыжки»: произнесение слогов при покачиваниях в разные стороны.
3. «Баланс-ассоциации»: стоя на доске подбирать слова согласно заданной теме.

4. «Ритмический баланс»: отстукивание ритма ладонями или ногами на доске с одновременным проговариванием стихотворных строк.

В инклюзивной среде доска помогает формировать пространственные представления («вперёд-назад», «влево-вправо»), развивать чувство ритма и темпа, улучшать зрительно-моторную координацию, тренировать память и внимание через многозадачность.

При использовании доски Бильгоу в коррекционно-развивающей работе важно учитывать следующие принципы:

1. Принцип от простого к сложному. Важно начинать с простых задач (удержание равновесия без движений), далее добавлять речевые задания и движения.
2. Безопасность. Важно использовать нескользящий коврик под доской, необходима опора и поддержка взрослого при необходимости.
3. Индивидуальный подход. Необходимо учитывать индивидуальные особенности ребёнка. Например, для детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата подбирать адаптированные упражнения.
4. Дозировка. В начале курса время использования доски составляет 3-5 минут, доводя время использования до 10-15 минут.
5. Игровой формат. Необходимо включать элементы игры и соревнования для поддержания мотивации.

Существуют некоторые противопоказания при использовании балансировочной доски Бильгоу. Перед применением необходима консультация врача. Для детей с тяжёлыми нарушениями опорно-двигательного аппарата, с эпилепсией, острыми заболеваниями вестибулярного аппарата, повышенным внутричерепным давлением есть ограничения. (Бильгоу У. 2006)

Регулярные занятия с балансировочной доской Бильгоу дают положительные результаты в коррекционно-развивающей работе и позволяют добиться улучшения артикуляционной моторики и звукопроизношения, повышения концентрации внимания и усидчивости, развития пространственных представлений и координации, снижения гиперактивности и тревожности, роста

мотивации к обучению, а также более успешной адаптации в инклюзивной образовательной среде.

Балансировочная доска Бильгоу – это многофункциональный инструмент, органично вписывающийся в инклюзивные психолого-педагогические практики. Её использование в логопедии позволяет комплексно воздействовать на речевые и неречевые процессы, делая коррекционно-развивающую работу более эффективной и увлекательной. Внедрение этого метода способствует созданию доступной образовательной среды, где каждый ребёнок, независимо от особенностей развития может раскрыть свой потенциал.

### **Литература**

1. Бильгоу У. Программа развития обучения через движение.–СПб.: Речь, 2006. 176 с.
2. Визель Т.Г. Основы нейропсихологии.–М.: АСТ, 2009. 264 с.
3. Семенович А.В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. – М.: Генезис, 2010. 474 с.