

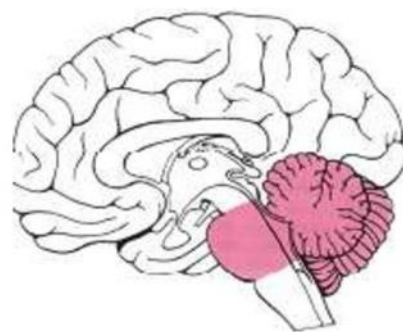
Мозжечковая стимуляция – что это такое?

Учитель-логопед: Коклягина Т.Ю.

Программа мозжечковой стимуляции, заключается в выполнении упражнений на балансировочной доске под руководством специалиста или в домашних условиях. Она позволяет значительно улучшить умственные и коммуникационные способности ребенка, укрепить здоровье, развить память и логическое мышление. Данный метод получил распространение при работе с детьми, страдающими синдромом гиперактивности, нарушениями моторики и координации движений, а также имеющими проблемы с обучением, коммуникацией и выражениями эмоций.

Что такое мозжечок (cerebellum)?

Мозжечок представляет собой задний отдел головного мозга, располагающийся сзади и снизу. Кору мозжечка формирует серое вещество, которое формирует множественные изгибы и складки. Внутреннее белое вещество образовано отростками нейронов. Связь мозжечка с другими отделами мозга осуществляется за счет парных ножек. Свои основные функции мозжечок осуществляет, передавая импульсы через двигательные нейроны спинного мозга, а также через красное ядро среднего мозга и нервные ядра продолговатого мозга.



Функции мозжечкового отдела головного мозга

Долгое время считалось, что функцией мозжечка является участие в следующих процессах:

- ◆ координация движений;
- ◆ сохранение равновесия тела;
- ◆ удерживание тела в статическом положении;
- ◆ упорядочение мышечного тонуса;
- ◆ мышечная память;
- ◆ движения глаз;
- ◆ управление вегетативными функциями;
- ◆ изучение действий, требующих многократных повторений и мелкой моторики.

Но исследования ученых, проведенные в последнее десятилетие, подтвердили гипотезу о том, что мозжечок принимает активное участие в творческих процессах, развитии речевого аппарата и формировании сложных поведенческих навыков.

При нарушениях в работе мозжечка наблюдаются следующие патологические изменения:

- атония, выраженная в чрезмерном ослаблении тонуса мышц;
- астения, проявляющаяся быстрой утомляемостью и психическими расстройствами;
- астазия, при которой утрачивается способность к длительному и сильному сокращению скелетной мускулатуры;

- трудности с произношением слов;
- нарушение координации движений.

По мере формирования в коре мозга новых нейронных связей под влиянием условных рефлексов, данные симптомы ослабевают. Однако полного восстановления нарушенных функций не происходит. При травмах или стимуляции мозжечка физическими и химическими раздражителями происходят изменения в работе висцеральных органов.

Травмы мозжечка выражаются в следующих рефlekсах:

- расширение зрачков;
- нарушение работы сердечно-сосудистой, пищеварительной и других систем;
- увеличение артериального давления.

Так как в мозжечке находится слуховая зона, то у многих пациентов происходило резкое снижение слуха или возникали проблемы с идентификацией звуков.

Зачем детям мозжечковая стимуляция?

Мозжечковая стимуляция (упражнения в домашних условиях для детей позволяют повысить уровень пластичности мозга) учит орган обработке информации, которая поступает от всех систем чувств.

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.

Упражнения, выполняемые в домашних условиях для мозжечковой стимуляции у детей, положительно влияют на:

- ✓ взаимоотношения в семье;
- ✓ общее состояние здоровья ребенка и его физическую форму;
- ✓ осанку;
- ✓ психоэмоциональное состояние;
- ✓ социальную адаптацию ребенка в коллективе.

Данные упражнения показаны, как для здоровых детей, так и для тех, кто имеет функциональные нарушения деятельности головного мозга.

Принципы программы

Программа мозжечковой стимуляции разработана в 60-е годы прошлого столетия американским педагогом Фрэнком Бильгоу. В ее основу заложена система умственных и физических упражнений, выполняемых на балансировочной доске. То есть, ребенок делает задания, которые ему дает инструктор, при этом балансируя и пытаясь сохранять равновесие.



Показания для занятий

Методика дает положительные результаты при конкретных заболеваниях.

К ним относятся:

1. синдром гиперактивности и недостатка внимания;
2. сколиоз;
3. расстройства устной речи;
4. функциональные нарушения вестибулярного аппарата;
5. дисграфия, проявляющаяся стойким повторением определенных ошибок в процессе письма, вызванных нарушением психических функций;
6. дислексия, характеризующаяся трудностями в чтении при отсутствии проблем с обучением в других сферах;
7. диспраксия, при которой ребенку очень сложно планировать и повторять ежедневные действия;
8. аутизм;
9. задержка психоречевого развития;
10. минимальные мозговые и церебральные дисфункции.

Мозжечковая стимуляция (упражнения в домашних условиях позволяют значительно уменьшить частоту заикания у детей) подходит любому ребенку, имеющему проблемы с обучением и усвоением определенной информации.

Основными задачами при использовании метода мозжечковой стимуляции являются:

- ✓ обеспечение безопасности ребенка;
- ✓ правильный подбор упражнений в соответствии с индивидуальными особенностями ребенка;
- ✓ выбор и поддержание определенного темпа закрепления навыков;

- ✓ выработка у ребенка навыков коммуникации со сверстниками и взрослыми людьми;
- ✓ повышение самооценки ребенка.

Занятия должны проходить в легкой игровой форме, при которой ребенок чувствует себя комфортно и не боится совершить ошибку.

Оборудование для упражнений

Основным оборудованием для мозжечковой стимуляции является балансировочная доска. Она представляет собой деревянную гладкую доску, установленную на 2 полусферические опоры.

Средства мозжечковой стимуляции

После того, как дети овладевают навыками удержания равновесия и балансировки на доске, им предлагают выполнить несложные упражнения с помощью дополнительного инвентаря:

1. разновесные мешочки, различающиеся также по цвету, наполнителю и размеру;
2. планка, разделенная на цветные отрезки;
3. мяч, закрепленный на резинке в виде маятника;
4. доска обратной связи, разделенная на 9 секторов с соответствующими цифрами;
5. набор резиновых мячиков.

Продолжительность и регулярность занятий

Специалисты считают, что целесообразно начинать заниматься с ребенком в возрасте 3-4 лет.



Рекомендуемые упражнения для детей на стимуляцию мозжечковой деятельности в домашних условиях

Дети обязательно должны научиться самостоятельно вставать и сходить с балансировочной доски без посторонней помощи, выполнять на ней серию простых упражнений с предметами, а также проговаривать свои действия.

1. подбрасывание большого мяча;
2. отбивание большого мяча от пола;
3. подбрасывание маленького резинового мяча;
4. перебрасывание маленького мяча с одной руки в другую;
5. отбивание маленького мяча;
6. перебрасывание маленького мяча между родителем и ребенком;
7. подбрасывание мешочков, наполненных шариками и песком;
8. перебрасывание различных мешочков между взрослым и ребенком;
9. набрасывание колец на специальное устройство (кольцеброс);
10. мини боулинг с использованием мячей и мешочков различных размеров.

Далее можно просить ребенка проговаривать свои действия, называть слова по слогам и буквам.

Длительность домашнего занятия не должна превышать 20 минут. Если родитель замечает, что ребенку становится скучно или он начинает капризничать, то стоит прервать занятие и попросить малыша рассказать о причине недовольства. Возможно, ему сложно длительное время удерживать вертикальное положение и балансировать на тренажере. Но иногда отсутствие интереса кроется в ошибках, допускаемых взрослыми. В этом случае необходима консультация специалиста.



Результаты занятий

У детей, занимающихся мозжечковой стимуляцией, отмечаются следующие положительные результаты:

1. усиление концентрации внимания;
2. улучшение памяти;
3. развитие интеллектуальных способностей;
4. синхронизация двигательных и умственных способностей;
5. улучшение мелкой моторики;
6. повышение уровня социальной адаптации;
7. развитие воображения и пространственного восприятия окружающего мира.

Специалисты, занимающиеся коррекцией речи, поведения, моторно-двигательных и других функций ребенка, отмечают повышение эффективности занятий при включении в процесс обучения мозжечковой стимуляции.

Советы родителям

Главным условием, которое обеспечит результативность, является желание самого ребенка. То есть, сам процесс обучения должны доставлять ему удовольствие. Поэтому родители должны придерживаться следующих правил проведения занятий:

- ✓ не придерживаться жесткого графика и времени выполнения упражнений, если ребенок в этот момент не находится в ресурсном состоянии (усталость, нервозность, повышенная раздражимость или апатия);
- ✓ не проводить занятия, когда ребенок голоден, а также в течение 1-1.5 часов после еды;
- ✓ отменить уроки на период болезни;
- ✓ не заниматься с детьми, находясь в состоянии раздражения или усталости.

Родителям следует экспериментальным путем выяснить, в какое время у ребенка происходит наилучшее усвоение информации, и использовать его для последующих занятий.

Важным фактором является согласованность действий обоих родителей. Это означает, что они должны придерживаться единой схемы обучения и системы оценивания действий малыша. Таким образом, у ребенка не будут возникать противоречия, которые могут обнулить результаты занятий. Также стоит обеспечить комфортные условия на прохождения обучения.

Для этого стоит предварительно:

- убрать в помещении;
- проветрить комнату;
- обеспечить оптимальное освещение, отсутствие посторонних отвлекающих звуков и запахов;
- удалить из комнаты домашних животных и других детей;
- надеть на ребенка удобную одежду, которая не сковывает движения и позволяет беспрепятственно совершать различные физические действия;
- выключить все гаджеты, способные отвлечь внимание ребенка во время занятий.

В процессе урока следует хвалить ребенка за каждое выполненное упражнение или за старание его выполнить. Специалисты советуют придумать систему поощрений. В качестве подарков не обязательно должны выступать дорогие предметы или сладости.

Это могут быть:

- походы в определенные места, которые любит посещать ребенок;
- совместные подвижные или настольные игры, просмотр мультфильмов;
- чтение книг или сочинение историй.

Процесс обучения должен быть связан у ребенка с радостью, а не входить в список обязательств.

И помните: лучший вклад – это вклад в здоровье, развитие, воспитание и образование ребенка. Наша задача научить ребенка быть самостоятельным и заинтересованным к процессу познания мира, научить ребенка учиться.