

Консультация для родителей «Нейробалансиры. В чём их польза для развития ребёнка?»

Развитию ловкости и равновесия способствуют такие приспособления, как нестабильные поверхности, балансиры. Такие занятия воздействуют на мозжечок, который отвечает за эмоциональную и умственную составляющие, координацию движений, память, речь и равновесие. Доски для балансировки представляют собой лишенную устойчивости поверхность, на которой необходимо удержаться. Следует отметить, что делать это непросто, поскольку такая процедура требует умений балансировать и наличие координации.

Балансир предназначен для развития равновесия и работы мозга. Пробовали вы когда-нибудь встать на балансировочную доску и выполнять при этом физические упражнения, не забывая удерживать равновесие? Попробуйте! Дело это непростое, но крайне полезное.

Более того, такие занятия являются современным методом коррекции различных нарушений в речевом и интеллектуальном развитии детей.

Польза от занятий на нестабильной поверхности:

- развивается координация;
- укрепляются все мышцы тела;
- улучшается мозговая деятельность;
- вырабатывается чувство равновесия.

Приступать к занятиям на тренажере можно уже по достижении ребенком 1 года. В настоящее время существует огромное количество балансиров, отличающихся по форме, высоте, устойчивости, набору функций и т.д. Маленьким детям будет не сложно освоить технику удерживания равновесия.



Доска совы – это изогнутая панель из дерева, на которой можно лежать, сидеть и даже стоять.



Баланскейт – пластиковый тренажер, оснащенный ручками по бокам и колесиками. Благодаря своей многофункциональности, баланскейт может легко превратиться в настоящий самокат.



Островки – платформы, поверхность которых имеет ребристую структуру, предотвращающую скольжение и обеспечивающую устойчивость.



Лабиринт – такой вид тренажеров рассчитан на детей от 4-х лет. Необычность такого балансира заключается в наличии встроенного лабиринта с шариком. Помимо сохранения равновесия, ребенок должен сосредоточиться на движении шарика. И другие виды.

Обучать детей необходимо в игровой форме. Она мотивирует ребенка на достижение результата. Все элементы движений сначала отрабатываются на устойчивой поверхности. Затем ставим ребенка на балансир.

Для начала учим ребенка контролировать ситуацию, держать баланс. Потом даем возможность в этом состоянии выполнить обычные задания, которые делали до этого, стоя на ровной поверхности (ловить и кидать мяч, выполнять смену положения рук, как усложнение переносить вес тела с одной ноги на другую и т.д). Постепенно усложняем задания. Например, стоя на балансировочной доске по заданию ребенок может метать разноцветные мешочки, мячи по геометрическим фигурам или мишени или в кольцо. Формируется правильная осанка, укрепляется вестибулярный аппарат. К тому же это весело и необычно.

На занятия не нужно тратить много времени – всего 10-15 минут в день уже принесут хорошие результаты.