

**Кроме того, для мозжечковой стимуляции можно использовать свободное и быстрое перемещение тела в пространстве:**

- по вертикали (прыжки на батуте, прыжки на мягкие маты, соскальзывание вниз по наклонным плоскостям (горка));
- по горизонтали (прыжки на фитнес мячах);
- вращение вокруг своей продольной оси («бревнышко» - ребенку предлагается лечь на спину, вытянуть руки над головой и, переворачиваясь со спины на живот, прокатиться сначала в одну сторону, затем в обратную; прокатывание «солдатином» - ребенку предлагается лечь на спину, вытянуть руки вдоль тела и, переворачиваясь со спины на живот, прокатиться сначала в одну сторону, затем в обратную; прокатывание «колобком» (ребенку предлагается лечь на спину, подтянуть колени к животу, и, переворачиваясь со спины на колени, прокатиться сначала в одну сторону, затем в обратную);

- вращение вокруг своей поперечной оси (кувырок вперед, вращения на дисках);
- маятниковые возвратно-поступательные движения (качели, карусели, гамак);

уменьшение чувства гравитации, или частичная «невесомость» (прыжки на батуте и фитнес мячах, соскальзывание вниз по наклонным плоскостям).



МБОУ СКОШИ ЧГО г. Чайковский

## «Применение метода мозжечковой стимуляции на коррекционных занятиях»

Мозжечковая стимуляция—это система физических упражнений, направленных на совершенствование функций мозжечка активно участвующих в формировании высших психических функций

Учитель-логопед  
Тимофеева О. В.

## Упражнения, направленные на мозжечковую стимуляцию

ребенок стоит на поверхности пола (для увеличения коррекционного эффекта со временем можно ограничить пространство для выполнения упражнений: отчертив границы мелом или ограничить поле фанерой определенного размера).

Варианты упражнений:

1. Ребенок в положении сидя «по-турецки».

Раскачивается, пытаясь удержать равновесие.

2. Ребенок в положении сидя на полу. Выполняет упражнения для рук – имитация плавания. Можно двумя руками поочередно – левой, правой.

3. Ребенок в положении сидя на корточках.

Покачивающее движение из стороны в сторону головой, затем зафиксировать взгляд на предмете. Круговое вращение головой.

4. Ребенок в положении стоя или сидя медленно покачивается вперед-назад. Лучше выполнять под музыку.



5. Положение сидя. Выполняются круговые вращения руками:

- Обе руки в одну сторону
- Обе руки в разные стороны
- По очереди в одну сторону
- По очереди в разные стороны

6. Любое положение: стоя, сидя, на корточках, на коленях, «по-турецки»:

- Обе руки положить на грудь
- Поднять руки над головой

Прямые руки в сторону

- Нагнуться, достать до пола

Стоя, ребенок также может выполнять задания педагога или мамы, например, обмениваясь со взрослым мячом, называет буквы алфавита, домашних и диких животных и т.п.

### Упражнения с мячом-маятником

### Упражнения с разновесными мешочками на балансирах

Разного веса мешочки с крупой кидаются ребенку:

- Можно принимать мешочки от ведущего одной рукой, двумя;
- Кидать и ловить мешочки одновременно;
- Подкидывать мешочки вверх двумя руками;
- Использовать мишень на полу, мишень на стене;
- Подкидывать вверх каждой из рук.

- Отбивать подвешенный мяч левой, правой, двумя руками;
- Можно использовать мишень на полу, мишень на стене;
- Отбивать мяч от наклонной доски;
- Кинуть подвешенный на резиночке мяч – хлопнуть в ладоши пока он летит;

Отбивать летящий мячик палочкой или ракеткой.

К средствам мозжечковой стимуляции можно отнести и ряд других упражнений, которые достаточно разнообразны.

### Это упражнения, направленные на развитие:

- крупной и мелкой моторики
- равновесия и координации движений
- схемы тела
- выразительности движений
- чувства ритма
- овладение способами невербальной коммуникации (мимика, жесты)
- приемов мышечного расслабления и эмоционального раскрепощения
- умения дифференциации качества движений (быстрые-медленные, сильные-слабые, мягкие-жесткие и т.д.) и другие.