



Какие логопедические упражнения можно делать с ребёнком дома?

Речевые нарушения — одна из самых частых проблем, с которой сталкиваются родители. Специалисты говорят о росте количества детей с такими нарушениями. Если в 1980 году речевые проблемы встречались у 24% детей, то на 2020 год это 64%. В половине случаев это искажение звука (картавость, шепелявость), но также это замена звуков, перестановка слогов в словах, заикание или слишком быстрая (медленная) речь — во всех этих случаях ребёнку потребуется помощь специалиста. Но одних занятий с логопедом недостаточно, стоит поддерживать малыша и дома.

Логопедические занятия для детей: с какого возраста начинать и как организовать?

Лучший возраст для логопедических занятий от 3 до 6 лет: до 3 лет ребенок еще не способен на целенаправленные занятия, а к школе нужно привести речь в порядок. Школьнику необходима хорошо развитая речь для успешного обучения.

Преподаватели начальных классов отмечают, что зачастую ошибки в словах ребенок делает из-за плохого фонематического слуха: юный школьник просто не слышит звук в слове и пишет его с ошибкой. Для того чтобы логопедические упражнения принесли заметную пользу, придерживайтесь правил:

1. Регулярность. Занимайтесь по 5-10 минут каждый день, а не по 30-40 минут раз в неделю.

2. Обстановка. Для некоторых упражнений вам понадобятся атрибуты: зеркало (необходимо для артикуляционной гимнастики) или свисток (для упражнений на дыхание). Поэтому, спланируйте заранее, что вам нужно и положите на стол перед ребенком. Так же, желательно убрать со стола все лишнее.

3. Терпение. Не критикуйте, не передразнивайте и не кричите на ребенка, если упражнение не получается. Помните, вы занимаетесь этим, чтобы улучшить речь ребенка, а не ради галочки перед врачом или учителем.

4. Игровой формат. Ребенок легче занимается и воспринимает материал через игру. К каждому упражнению придумайте свою историю, или волшебную цель — зачем это делать ребенку.

Как улучшить речь ребенка?

Логопеды выделяют **6 основных направлений в логопедических занятиях для детей**. Каждое из них включает в себя собственные упражнения и методики.

1. Артикуляционная гимнастика — упражнения, благодаря которым развиваются мышцы и органы отвечающие за дикцию и речь. Для дома подойдут базовые упражнения. Заниматься лучше перед зеркалом, так ребенку будет легче понять, как именно ставить язык или что делать с губами.

- Цель: широко улыбнуться, при этом не обнажая зубы. Зафиксироваться в этом положении на 20-30 секунд.
- Цель: поднести кончик языка за верхние зубы, приоткрыть рот, вернуть язык в исходное положение. Повторить 5-10 раз.
- Цель: открыть рот, вытянуть вперед язык и постараться свернуть его трубочкой. Зафиксировать в таком положении на 5 секунд. Повторить 5 раз.
- Цель: сомкните зубы вместе, а губы постарайтесь вытянуть вперед «трубочкой». Повторите упражнение 5 раз.
- Цель: поочередно тянитесь кончиком языка к носу, подбородку, правому и левому уголку рта. Повторите упражнение 5 раз.

2. Мелкая моторика. Ученые давно доказали связь между кончиками пальцев и речевым аппаратом. Лучшими играми для развития мелкой моторики у детей всех возрастов так и остаются:

- Игры с пластилином. Для детей помладше — это лепка простых фигур (шар, снеговик и т.д.), для детей постарше можно задействовать видеоуроки со сложными элементами лепки. Так же во время пластилиновых игр с малышом можно изучать цвета, цифры, буквы, фрукты и овощи.
- Аппликации. Для того чтобы создать аппликацию, мы задействуем сразу несколько участков мозга и тренируем не только мелкую моторику, но и фантазию, пространственное мышление.
- Игры с прищепками (развесить одежду для кукол или платочки). Давайте ребенку самостоятельно застегивать пуговицы и молнии, также полезны игры со шнуровками.

3. Пальчиковые игры — это знакомые с детства Сорока-белобока, Пароход, Речка-рыбка и т.д.

4. Фонематический слух. Без развития слухового восприятия речи невозможна грамотная устная, а значит и письменная, речь. Для развития фонематического слуха можно использовать следующие упражнения:

- Для малышей: покажите картинки с различными животными. Задача малыша воспроизвести звук, который издает животное. Для детей постарше: произносите слова, задача ребенка — назвать первый и последний звук в слове.
- Найди отличия. Произнесите 2 похожих слова, задача ребенка — найти разницу (например, кот-код, лёг-лёд и т.д.).
- Как звучит инструмент? Вы включаете звук (или играете на инструменте), задача ребенка угадать, что за инструмент и воспроизвести похожий на него звук.

5. Дыхательная гимнастика — упражнения для развития дыхательной мускулатуры, диафрагмы.

- Щечки-пузырики. Упражнение для детей 3-4 лет. Вдыхаем воздух через нос, надуваем щеки, задерживаемся на 2-3 секунды в этом положении, и медленно выдыхаем через приоткрытый рот. Повторить упражнений 3-5 раз.
- Воздушный шар. Ложимся на спину, вытягиваем ноги, ладони прижаты к полу, тело расслабленно, глаза закрыты. Выдох — живот втягивается (как будто прижимаем его к позвоночнику), вдох — живот поднимается (как шар), выдох — снова живот к позвоночнику. Главное, делать упражнение медленно и плавно. Повторить 6-8 раз. Так же есть второй вариант этого упражнения, но на грудную клетку: вдох — поднимаем грудную клетку, выдох — сдуваем.
- Используйте теннисный мячик. Задача ребенка катать его по столу при

помощи дыхания. Возможно поиграть в такой воздушный «футбол» с ребенком.

6. Словарный запас. Развивая словарный запас ребенка, вы не только развиваете речь, но и увеличиваете его объем знаний.

- Сказки. Читайте сказки перед сном ребенку или просто разговаривайте на разные темы. Объясняйте малышу не понятные слова. В этом вам могут помочь такие книги: Н.В. Нищева «Обучение детей рассказыванию с опорой на картинки», Н.Э. Теремкова «Я учусь пересказывать».
- Пересказ. Попросите ребенка рассказать вам сюжет любимой сказки или мультфильма. Если малышу сложно — начните с пересказа с опорой на картинки.

С речевыми проблемами сталкиваются многие дети и родители, главное — вовремя обратить на это внимание и не ждать, когда проблема решится сама по себе. Помните, что логопедические проблемы могут привести к лишним комплексам в общении со сверстниками.



Консультацию подготовила
учитель-логопед
Стельмашонок Н.Е
по материалам сайта:

<https://www.razumeykin.ru/publikatsii/logopedicheskie-zanyatiya-dlya-detej>