

Программа психолого-педагогического
просвещения родителей
(законных представителей)
воспитывающих детей
с расстройством аутистического спектра
«Дом Совы»



РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ

Практическое занятие: «Занимательные игры и дыхательная гимнастика»

Мини-лекция «Речевое дыхание».

- Как вы думаете, какую роль играет дыхание в речи человека?
- Правильно, дыхание играет важную роль в жизни каждого человека.

Появление малыша начинается с первого вздоха и, следующего за этим вдохом, крика. Но правильное физиологическое дыхание не есть правильное речевое дыхание. Именно благодаря правильному речевому дыханию мы изменяем громкость речи, делаем ее плавной и выразительной. Оно влияет на звукопроизношение, артикуляцию, развитие голоса и дикции.

Что же такое речевое дыхание?

Речевое дыхание – это возможность человека выполнять короткий глубокий вход и рационально распределять воздух при выдохе с одновременным произнесением различных звукосочетаний.

Работа по формированию правильного дыхания – длительный кропотливый процесс, который протекает в несколько этапов. На первом этапе логопед учит детей прислушиваться к собственному акту дыхания. Дети получают знания, что дышать надо носом, нельзя поднимать плечи при вдохе, в дыхании должен участвовать живот. В процессе дыхательной гимнастики происходит нормализация дыхания и увеличение объема вдоха. Ребенок должен научиться совершать достаточно сильный, длительный и, вместе с этим, экономный выдох.

Дыхательная гимнастика – ритмичные шумные вдохи способствуют насыщению организма кислородом, улучшают обменные процессы, психоэмоциональное состояние, выводят из стресса, повышают иммунитет.

С детьми ежедневно проводятся упражнения для развития речевого дыхания. Потренируемся, чтобы заниматься с ребёнком дома.




Дыхательные упражнения для детей с РАС

Дети с РАС зачастую не умеют дуть, это влияет на количество и качество

произносимых звуков. Поэтому, работа над дыханием и воздушной струей у детей с РАС необходима! Она может быть вполне разнообразной, через игру, интересные материалы.

При проведении дыхательных игр и упражнений стоит учитывать, что любое упражнение может быстро утомить ребенка с РАС, поэтому самый приемлемый вариант - чередование дыхательных упражнений и других видов игр.

Во время проведения упражнений старайтесь следить за правильным дыханием у ребенка с РАС:

-  перед выдохом ребенок делает глубокий вдох;
-  ребенок совершает выдох плавно, не рывками;
-  во время выдоха воздух должен выходить через рот, не через нос.

3 упражнения дыхательных упражнения, которые вы можете выполнять со своим ребенком дома :

«Фокусник»

Предлагаем ребенку побыть фокусником. Для этого упражнения нужно взять кусочек ваты и положить его на кончик носа ребенку. Задача ребенка сдуть вату резким выдохом.

«Футбол»

Предлагаем ребенку игру в футбол. Для этого сооружаем ворота из кубиков, а кусочек ваты выполняет роль мяча. Ребенку нужно сделать глубокий вдох и задуть “мяч” в ворота глубоким выдохом.

«Одуванчики»

Летом на прогулке по полянке, когда когда можно найти и сорвать много “зрелых” одуванчиков, соберите с ребенком по букету. Потом покажите ребенку, как сдувать семена-парашютики. Устройте маленькое соревнование, у кого получится больше и дальше сдуть пушистые семена.