



Игры для заикающихся дошкольников на расслабление

Заикание у дошкольников – это сложная проблема, требующая комплексного подхода. Помимо логопедических занятий, огромное значение имеют упражнения, направленные на расслабление. Они помогают снять нервно-эмоциональное напряжение, которое часто усиливает проявления заикания, создают благоприятную почву для формирования плавной речи. В этой презентации мы рассмотрим ряд эффективных и увлекательных игр, которые легко интегрировать в повседневную жизнь ребенка.



Почему релаксация важна для детей с заиканием?

Снижение нервного напряжения

Заикание часто связано с повышенным нервно-эмоциональным напряжением и стрессом. Релаксационные техники помогают снизить уровень тревожности, что напрямую влияет на плавность речи.

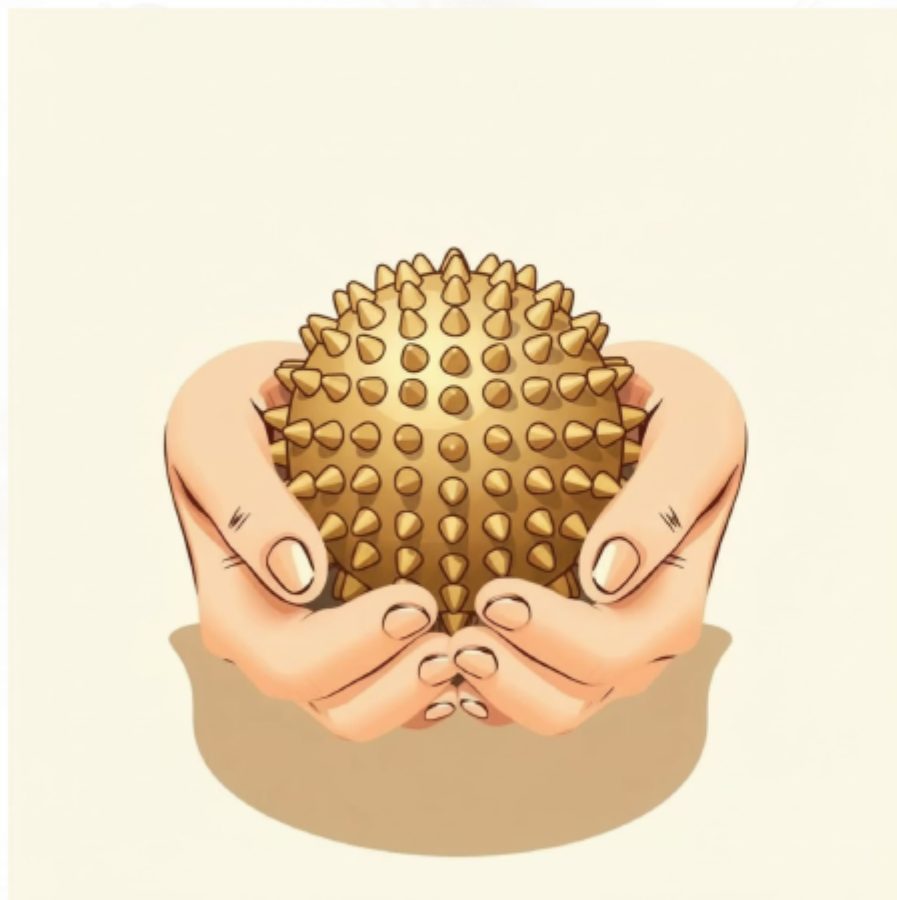
Улучшение речевого

Расслабление мышц лица, дыхательной системы позволяет ребенку лучше контролировать артикуляцию и дыхание во время разговора, уменьшая спазмы и блоки.

Эмоциональное спокойствие

Умение расслабляться способствует общему эмоциональному благополучию. Спокойный ребенок чувствует себя увереннее, что является ключевым фактором для успешной коррекции речи.

Игра «Колючий ежик» — самомассаж для расслаб.



Игра «Колючий ежик» – это замечательный способ так расслабления и развития мелкой моторики. Для игры понадобится небольшой массажный мячик с шипами.

→ Техника выполнения

Предложите ребенку прокатывать мячик между ладонками, по тыльной стороне рук, по каждому пальчику. При этом можно приговаривать:
«Колючий ёжик бежит по ладонке,
Царапает немножко,
И убегает, оставив иголочки,
Как будто маленькие точки».

→ Эффект

Массаж стимулирует нервные окончания, улучшает кровообращение, снижает тревожность и развивает чувствительность. Это помогает ребенку сосредоточиться на ощущениях и отвлечься от речевых трудностей.

Игра «Легкое перышко» — дыхательная гимнастика



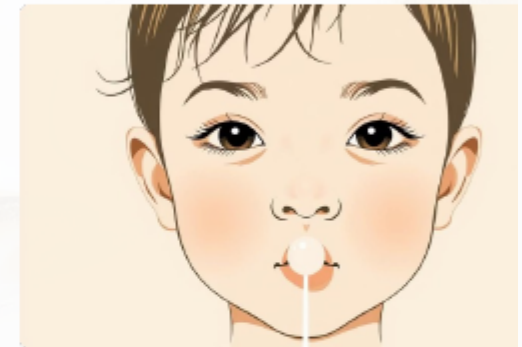
Цель

Эта игра направлена на развитие длительного, плавного выдоха и укрепление диафрагмального дыхания, что крайне важно для плавной речи.



Как играть?

Возьмите легкое перышко (или кусочек ваты). Попросите ребенка подуть на него так, чтобы оно как можно дольше не падало на пол. Можно представить, что перышко – это бабочка, которая летает от дуновения ветерка.



Польза

Упражнение помогает ребенку стабилизировать психоэмоциональное состояние, научиться контролировать силу и продолжительность выдоха, что в дальнейшем способствует формированию речевого дыхания и уменьшению заикания.

Игра «Разрывание бумаги» — снятие эмоциональн



Выход эмоций

Позволяет ребенку
безопасно выразить
негативные чувства.

Творческий процесс

Из разорванной бумаги
можно создать что-то
новое, превращая
негатив в позитив.

Снижение тревож

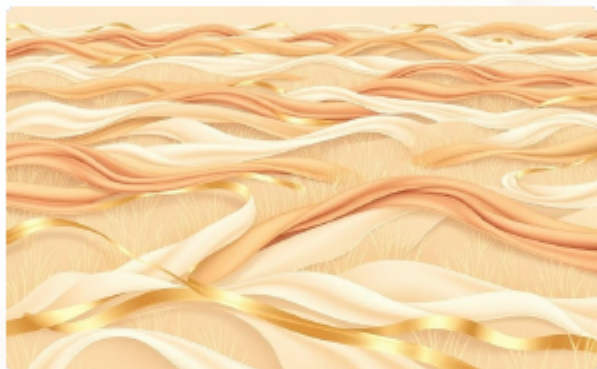
Физическое действие
помогает уменьшить
внутреннее
напряжение.

Иногда детям нужно выплеснуть накопившиеся эмоции. Игра «Разрывание бумаги» предоставляет безопасный и конструктивный способ сделать это.

Предложите ребенку различные виды бумаги – газеты, старые журналы, тонкую упаковочную бумагу. Позвольте ему рвать ее на мелкие кусочки, как ему хочется. Можно представить, что он рвет свои мысли или грусть. После этого можно собрать все кусочки и сделать из них, например, аппликацию, или просто выбросить, символически избавляясь от негатива.

Эта игра помогает снять агрессию, раздражение и тревожность. Мелкая моторика рук задействована, что также положительно влияет на развитие речи. Важно поддерживать ребенка, не осуждать его, а наоборот, поощрять выражение эмоций через безопасные действия.

Игра «Полянка настроения» — творческое расслабление и развитие моторики



Создание

Для этой игры соберите различные мягкие и приятные на ощупь материалы: разноцветные ленточки, кусочки ткани, бумажные салфетки, шнурки. Разложите их на полу, создавая импровизированную «полянку».



Игра

Предложите ребенку походить по полянке босиком, потрогать материалы, перебирать их пальчиками, завязывать узелки на ленточках. Можно попросить его рассказать, какого цвета ленточка, какая она на ощупь, или придумать историю про эту полянку.



Результат

Игра прекрасно развивает мелкую моторику, тактильное восприятие и воображение. Она способствует эмоциональному равновесию, отвлекая ребенка от проблем и погружая его в приятный творческий процесс.

Игра «Что нам подскажут пальчики» — тактильное рассу

Тактильные ощущения играют важную роль в расслаблении и развитии. Игра «Что нам подскажут пальчики» использует природные материалы для стимуляции сенсорного восприятия.

→ Материалы

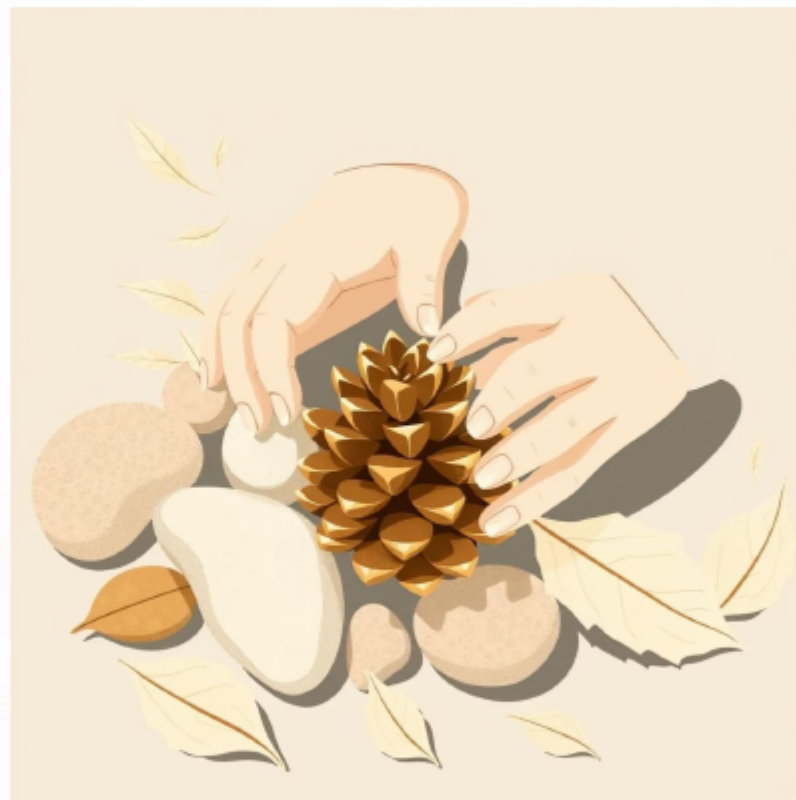
Соберите небольшие предметы разной фактуры: шишки, гладкие и шершавые камушки, сухие листья, каштаны, желуди, кусочки мха, песок. Поместите их в непрозрачный мешочек или коробочку.

→ Как играть

Предложите ребенку опустить руки в мешочек и, не глядя, определить, что он нащупал. Пусть он опишет ощущения: "колючее", "гладкое", "теплое", "холодное", "мягкое" или "твердое". Можно играть с закрытыми глазами, чтобы усилить концентрацию на тактильных ощущениях.

→ Значение

Эта игра развивает тактильное восприятие, внимание и образное мышление. Сосредоточение на ощущениях помогает расслабиться, улучшает координацию движений и положительно влияет на формирование речи.



Игра «Волшебный ковер» — воображение и эмоциональная разгрузка



Создание волшебства

Используйте обычный легкий коврик или плед. Предложите ребенку лечь на него и представьте, что это "волшебный ковер", который может перенести его в любое место.



Путешествие

Педагог или родитель начинает рассказывать сказку, в которой ковер переносит ребенка на морское побережье, в сказочный лес, на облако или в космос. Важно использовать спокойный, убаюкивающий тон голоса.



Расслабление

Эта игра способствует глубоко расслаблению, снимает физическую и эмоциональную скованность. Развивается фантазия и творческое мышление. Ребенок учится отбрасывать тревоги и погружаться в мир воображения, что благотворно влияет на нервную систему и речь.

Практические рекомендации для педагогов и родителей

1

Регулярность – ключ к успеху

Включайте релаксационные игры в ежедневное расписание. 10-15 минут спокойной игры могут значительно улучшить состояние ребенка.

2

Спокойная атмосфера

Создавайте поддерживающую и нетребовательную среду. Игры должны приносить удовольствие, а не быть очередным "заданием".

3

Поощрение и похвала

Хвалите ребенка за его старание и участие, а не только за идеальный результат. Это укрепляет его уверенность в себе.

4

Комплексный подход

Совмещайте релаксационные игры с основными логопедическими упражнениями. Релаксация создает базу для более эффективной коррекции речи.

5

Собственный пример

Показывайте ребенку, как расслабляться, участвуя в играх вместе с ним. Дети учатся через подражание.



Релаксация — ключ к успеху в коррекции заикания

1

Расслабление снижает тревожность и мышечное напряжение, улучшая речевой контроль.

2

Простые и доступные игры помогают детям чувствовать себя увереннее и спокойнее.

3

Системная поддержка родителей и педагогов – залог гармоничного развития речи и личности ребенка.

Помните, что каждый ребенок уникален. Подбирайте игры, которые нравятся именно вашему малышу, и создавайте для него атмосферу любви, понимания и принятия. Эти усилия обязательно принесут свои плоды, помогая ребенку преодолеть заикание и обрести уверенность в своих силах.