



# Оздоровительное влияние режимов на детей с нарушениями речи

Учитель-логопед: Доблер Оксана Николаевна  
МДОУ «ДСКВ№62»д.Старая  
2016 – 2017 уч.год

## Режим питания.

Очень часто дети, у которых нарушено звукопроизношение плохо едят. Как правило, для них целая проблема скушать яблоко или морковку, не говоря уж о мясе. Вызвано это слабостью челюстных мышц, а она в свою очередь, задерживает развитие движений артикуляционного аппарата.



Необходимо заставлять ребёнка:

- жевать сухари;
- целые овощи и фрукты (желательно, произрастающие в том же районе, где растёт ребёнок);
- хлеб с корочками и кусковое мясо.

Чтобы развивать мышцы щек и языка научите ребёнка:

- полоскать рот.
- надувать щёки и удерживать воздух,
- научите «перекатывать» воздух из одной щеки в другую.



**Режим сна.** Дошкольники 10 – 12 часов ночью, 2 часа днём.

Для достижения углублённого ночного сна, рекомендуется:

- проведение водных тёплых процедур с последующим растиранием полотенцем до красноты.
- расслабляющий массаж.

Во время массажа и водных процедур рекомендуется ласково и нежно общаться с ребёнком.

Исключить перед сном

- подвижные и компьютерные игры,
- просмотр телевизора.

Утром не рекомендуется резко будить ребёнка.



## Создание речевого режима.

С ребёнком необходимо общаться плавно, не на повышенных тонах голоса. Достаточно грамотно и доступно для ребёнка, излагая мысли. Не тараторить и не разрешать этого делать детям.



## Деятельность ребёнка в быту.

Развивайте мелкую моторику. Ребёнок как можно больше должен работать своими непослушными пальчиками. Каким бы это не казалось вам это утомительным. Малыш должен сам:

- застёгивать пуговицы;
- шнуровать ботинки;
- засучивать рукава;
- лепить;
- вырезать.

Причём тренироваться лучше не на своей одежде, а сначала «помогать» одеться куклам и даже родителям.

По мере того как пальчики будут становиться проворнее, его речь будет всё понятнее не только маме.

