

Лето создано для того, чтобы развить речь и улучшить поведение ребёнка

Именно летом дети лучше растут и становятся здоровее. Сейчас мы можем помочь нашим детям восстановить память, мышление, интеллект. Но особенно речь!

Даже заикание и другие формы несовершенства речи можно убрать с помощью двигательной активности- походов с палатками, долгими прогулками по лесу, купанием в речке и на море.

Дело в том, что физические нагрузки, закаливание, контакт с природой помогает нашему мозгу восстанавливаться.

Когда ребёнок много идёт пешком, особенно по пересечённой местности, например, в лесу - его мозг перестраивается на новые движения (итерации), тем самым, если грубо выразаться, энергия мозга идёт на физическую работу, разгружая речевые центры. Многие специалисты подтверждают, что заикающиеся дети после походов с палатками, рюкзаками переставали страдать от своего недуга.

Ещё физическая нагрузка в виде пешей прогулки с рюкзаком за спиной полезна даже малышам. Сейчас у многих детей обнаруживается так называемая проприоцептивная недостаточность, когда мышцы требуют дополнительной нагрузки - отсюда рекомендуется носить рюкзаки, утяжеленные жилеты, пользоваться при этом велосипедом или самокатом. Также рекомендуется валяться на полу, траве, кувыркаться и заворачиваться в одеяло.

Если вы видите, что ребёнок сам придумывает себе такие игры, лучше не препятствовать - значит, его организм требует подобной мышечной стимуляции. А ещё лучше - отдать такого ребёнка на самбо.

Получается, что различные формы нарушения речи, агрессивности поведения мы можем исправить лишь физическими нагрузками. Летом это сделать проще простого - в выходные пойти в лес, научить ребёнка кататься на велосипеде, лазать по деревьям, строить шалаши в лесу. Также полезно научить детей и их друзей дворовым играм. Ведь командные игры по правилам - чистой воды нейро-игры, когда тренируется внимание, ловкость, развивается межполушарное взаимодействие, что, несомненно, пригодится в школе при обучении.

Плавание, игры с песком тоже используют в терапии с детьми, у которых наблюдается задержка развития. Сейчас это модно называть «сенсорная интеграция», хотя, по сути, это было известно давно.

И практика доказывает, что летом у детей заметные «скачки роста» в прямом и переносном смысле.

Итак, про что стоит не забывать этим летом:

- Найти ближайший лес и пойти гулять по нему пешком
- Купить рюкзак, самокат или велосипед ребёнку. Положить в рюкзак водичку и пустить кататься
- Для продвинутых - организовать поход с палатками
- Найти ближайшую речку и провести выходной около реки
- Вспомнить несколько дворовых игр из своего детства и научить играть в них своих детей
- Каждый день позволять ребёнку играть в песочнице
- Разрешать ребёнку валяться на траве, ходить по бордюрам, ходить босиком по газону (ну, конечно, надо найти безопасный)
- Поиграть в лесу или парке в сыщика - найти удивительные камни и другие природные материалы. А затем сделать из них поделку
- Просто позволить ребёнку ничего не делать (не приставать с заданиями) и много-много гулять. Скука очень полезна для творчества.

Все вышеперечисленное было бы довольно банальным, если бы такой досуг было бы возможно организовать детям самостоятельно. Но, к сожалению, в условиях города за комфортную жизнь мы часто расплачиваемся здоровьем детей. Поэтому, это, прежде всего, наша с вами родительская задача - организовать контакт с природой и достаточные физические нагрузки. Такое правило работает с детьми любого возраста!