

Зачем нужны домашние занятия?

Домашние упражнения позволяют:

- Закрепить пройденный материал: Повторение пройденного на занятиях с логопедом или сурдологом помогает закрепить новые навыки и предотвратить их забывание.
- Увеличить объем тренировок: Домашние занятия позволяют значительно увеличить общее время, посвященное реабилитации.
- Создать комфортную среду: В знакомой обстановке пациент чувствует себя увереннее и расслабленнее, что способствует лучшему усвоению материала.
- Включить семью в процесс: Занятия дома могут стать семейным делом, что укрепляет взаимопонимание и поддержку.

Какие упражнения можно выполнять дома?

Тип упражнений зависит от индивидуального плана реабилитации, составленного специалистом. Однако, общие рекомендации включают:

- Слуховые упражнения: Прослушивание аудиокниг, музыки, подкастов. Попробуйте различать звуки в окружающей среде. Используйте специальные приложения для тренировки слуха.
- Речевые упражнения: Чтение вслух, повторение слов и фраз, рассказывание историй, пение. Обращайте внимание на артикуляцию.
- Упражнения по чтению по губам: Просмотр видеороликов с субтитрами, чтение по губам новостей или фильмов.
- Игры: Игры, развивающие слуховое внимание и речевые навыки (например, лото, пазлы, настольные игры с речевыми заданиями).
- Использование специальных приложений: Многие мобильные приложения предлагают упражнения для тренировки слуха и речи.

Советы для эффективных домашних занятий:

- Создайте удобное рабочее место: Выберите тихое и спокойное место, где вас никто не будет отвлекать.
- Разделите занятия на короткие сессии: Лучше заниматься по 15-20 минут несколько раз в день, чем один раз долго.
- Будьте терпеливы и настойчивы: Прогресс может быть постепенным, не сдавайтесь!
- Следите за своим настроением: Занимайтесь в хорошем настроении, это повысит эффективность тренировок.
- Регулярно общайтесь со специалистом: Сообщайте о своих успехах и трудностях, специалист сможет скорректировать план реабилитации.

Домашние занятия – это важная часть слухоречевой реабилитации. Сделайте их частью своей повседневной жизни и наслаждайтесь прогрессом!