

## У РЕБЕНКА ПОЯВИЛОСЬ ЗАИКАНИЕ, ЧТО ДЕЛАТЬ?



Если ваш ребенок затрудняется говорить, повторяет отдельные слоги, слова или фразы, можно предположить, что у него заикание. Это может быть временное изменение нормального темпа речи, через которое проходят все дети, когда учатся разговаривать.

Не все родители могут отличить заикание от возрастных

нарушений плавности речи. Попробуем выявить основные отличия.

### НОРМАЛЬНОЕ РАССТРОЙСТВО ТЕМПА РЕЧИ

- В этом случае ребёнок повторяет слоги или слова только один раз при-примерно так.
- Начало речи может сопровождаться трудностями, связанные с подбором слов и попыткой точно произносить все звуки.
- Паузы в речи могут заполняться звуками типа “м-м-м” или “э-э-э”.
- Нарушение темпа речи появляется в возрасте от полутора до пяти лет. Затем плавность речи восстанавливается.

### ЛЁГКАЯ СТЕПЕНЬ ЗАИКАНИЯ

- В этом случае ребёнок повторяет слоги или слова более двух раз, при-при-при-примерно так.
- Возникает заметное напряжение в лицевых мышцах и мышцах вокруг рта.
- Иногда у ребёнка возникает так называемый “ступор” – отсутствие воздуха или голоса в течение нескольких секунд.
- Изменяется голос – становится тихим и зажатым.
- Запинки в речи присутствуют постоянно.

### РЕБЁНОК С ТЯЖЕЛЫМ ЗАИКАНИЕМ

- В речи вашего ребёнка много очевидных запинок.
- Он произносит слова и отдельные звуки со значительным усилием и напряжением.
- Ребёнок избегает произносить некоторые слова.
- Напряжение в речи проявляется настолько сильно, что у ребёнка появляются движения, которые помогают ему расслабиться. Например, он машет рукой, или топает ногой.
- Потеря плавности речи проявляется в эмоционально значимых ситуациях.

**Если в речи вашего ребёнка появились запинки и вас это очень беспокоит, обязательно обратитесь за консультацией к неврологу и логопеду!**

## РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ



Если вы заметили запинки в речи вашего ребёнка, не тревожьтесь и внимательно изучите проблему: обратите внимание на окружение ребёнка, семейные отношения и собственную речь.

Наши рекомендации помогут вам действовать так, чтобы не дать проблеме закрепиться или сгладить последствия.

1. Важно обратить внимание на особенности вашего общения с ребёнком:
  - говорите доброжелательно
  - смотрите ребёнку в глаза
  - хвалите и называйте ласковыми словами
  - говорите чуть медленнее и спокойнее, чем обычно
2. Измените вопросы – сколько вопросов в день вы задаёте ребёнку. Чаще всего много и некоторые из них нужно исключить. Не задавайте такие вопросы: «Что ты делаешь?», «Как ты себя ведёшь?», «Как настроение?». Избегайте альтернативных вопросов: «Ты пойдёшь на горку или на качели?». Лучшие вопросы:
  - на которые можно коротко ответить да или нет;
  - вопросы с простым контекстным ответом: «Кто пришёл домой?», «Что у тебя в руке?», «Что папа делает?»
3. Читайте книги перед сном каждый день, без выходных. Главная цель – научить ребёнка слушать плавную речь. Не нужно одновременно разучивать с ним стишок или просить “Покажи ворону!”. По времени читайте ровно столько, сколько ребёнок готов слушать. Подбирайте такие книги, которые нравятся вам, в первую очередь. Всегда читайте с интересом и удовольствием.
4. Каждый день занимайтесь с ребёнком каким-нибудь продуктивным видом деятельности: собирайте конструктор, пирамидку, кубики, лепите из пластилина, рисуйте. Обязательно озвучивайте свою деятельность: «Мы возьмём красный кубик и поставим его на синий. Как красиво получается! Где же зелёный кубик? Вот сюда мы поставим конус».
5. Никогда не фиксируйте внимание ребёнка на запинках. Не просите его остановиться и сказать «как надо». Это может снизить мотивацию к общению, потому что дети рано осознают, что не могут что-то сказать. Лучше отмечайте его успехи: «Как хорошо ты сейчас сказал!», «Мне нравится слушать твой голос!», «Какое интересное слово!», «Как здорово, что ты рассказал мне про детский сад!»
6. Избегайте обеспокоенности во взгляде – радуйтесь общению с вашим ребёнком, говорите и слушайте с удовольствием. Это поможет вам сформировать речевую уверенность и сохранить непосредственность и спонтанность речи ребёнка.
7. Если запинки в речи повторяются ежедневно, нужно ограничить общение с другими детьми на некоторое время. Лучше всего несколько недель или пару месяцев посидеть дома и не посещать детский сад, не ходить в гости и исключить зрелищные мероприятия.

## РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПО ПРОВЕДЕНИЮ ДОМАШНИХ ЗАНЯТИЙ В ПРОЦЕССЕ УСТРАНЕНИЯ ЗАИКАНИЯ

Основные требования к организации рабочего процесса:

- соблюдение режима дня в соответствии с возрастом ребёнка;
- исключение всех эмоциональных раздражителей как отрицательных, так и положительных;
- речь взрослых должна служить примером для подражания, она должна быть спокойной, монотонной, распевной, медленной;
- ограничение речевого общения. Ребёнок говорит как можно меньше. Не следует просить малыша рассказать о чём-нибудь, лучше задавать ему вопросы и получать на них простые односложные ответы.

Каждое занятие следует начинать с дыхательной гимнастики:

*1. Дыхательная гимнастика:*

- Частые короткие активные вдохи носом ( 8 по 2 подхода)
- Ходьба на месте в сопровождении коротких вдохов
- Повороты головы в сопровождении коротких вдохов
- Наклоны головы в сопровождении коротких вдохов
- Кивки головой в сопровождении коротких вдохов
- Накачиваем шину в сопровождении коротких вдохов
- Обними плечи в сопровождении коротких вдохов.

*2. Пальчиковая гимнастика по одному – два упражнения.*

*3. Артикуляционная гимнастика.*

**Улыбка.** Улыбнуться, показать зубы, удерживать губы в улыбке под счёт до пяти.

**Хоботок.** Вытянуть сомкнутые губы вперед трубочкой под счёт до пяти.

**Улыбка – Хоботок.** Чередование, при сомкнутых зубах.

**Орешек.** Крепко сжать зубы, напрягаем челюсти до неприятного ощущения, затем разжимаем челюсти, рот приоткрывается, всё расслаблено.

Зубы крепче мы сожмём,

А потом их разожмём.

Губы чуть приоткрываются ....

Всё чудесно расслабляется ....

**Лопаточка.** Приоткрыть рот, положить широкий язык на нижнюю губу, удерживая его в неподвижности.

Язык лопаткой положи

И под счёт его держи.

Раз, два, три, четыре, пять,

Язык можно убирать.

**Сердитый язычок.** Кончик языка с силой упирается в верхние зубы. Язык напряжён. Опускаем язык вниз, расслабляем.

С язычком случилось что-то:

Он толкает зубы!

Будто хочет их за что-то

Вытолкнуть за губы!

Он на место возвращается

И чудесно расслабляется.

**Часики.** Открыть рот, губы растянуты в улыбке, поставить язык вправо, в угол рта, удерживать под счёт до пяти; затем перевести его влево, удерживать.

Чередовать.

**Качели.** Поднимаем язык за верхние зубы. Удерживаем. Опускаем язык за нижние зубы. Удерживаем. Чередуем.

**Иголочка.** Приоткрыть рот, высунуть язык, сделать его узким, как жало.

Удерживаем под счёт до пяти.

**Лопаточка – Иголочка.** Приоткрыть рот, высунуть язык, сделать его широким, затем узким, как жало. Поочерёдно меняем форму языка.

**Лошадка.** Открыть рот, пощелкать кончиком языка за верхними зубами медленно, затем быстрее. Нижняя челюсть при этом неподвижна.

#### *4. Массаж лицевых мышц.*

Сначала выполняются поглаживания в указанных далее направлениях, затем вибрационный массаж кончиками всех пальцев одновременно (постукивание)

- от центра лба к вискам

- от переносицы к вискам

- от крыльев носа к мочкам ушей

- по верхней губе сверху вниз

- от центра подбородка к мочкам ушей

- по передней поверхности шеи от подбородка сверху вниз.

#### *5. Расслабляющая гимнастика.*

**Кулачки.** Сжать пальцы в кулачок крепче, чтобы побелели косточки. Затем отпускаем.

Руки на коленях,

Кулачки сжаты,

Крепко, с напряженьем,

Пальчики прижаты.

Пальчики сильнее сжимаем –

Отпускаем, разжимаем.

Знайте, девочки и мальчики:

Отдыхают ваши пальчики!

**Олени.** Поднимаем скрещенные руки над головой с широко расставленными пальцами, напрягаем мышцы. Расслабляем.

Посмотрите: мы – олени,

Рвётся ветер нам навстречу!

Ветер стих,

Расправим плечи,

Руки снова на колени,

А теперь – немного лени ....

Руки не напряжены

И рассла-а-бле-ны ...

Знайте, девочки и мальчики:

Отдыхают ваши пальчики!

Дышится легко .. ровно .... глубоко ...

**Шарик.** Кладём руку на область диафрагмы. Надуваем живот так, будто это большой воздушный шар. Мышцы живота напрягаются. Плечи не поднимаются.

Вот как шарик надуваем!

А рукою проверяем. (Делается вдох)

Шарик лопнул – выдыхаем,

Наши мышцы расслабляем!

Дышится легко .. ровно ... глубоко .... (Повторить три раза).

**Волшебный сон.** Принимаем позу покоя.

Наши руки отдыхают ...

Ноги тоже отдыхают ...

Отдыхают ... Засыпают ..(Два раза)

Напряженье улетело ...

И расслаблено все тело.....(Два раза)

Губы не напряжены,

Приоткрыты и теплы. ..(Два раза)

И послушный наш язык

Быть расслабленным привык. ..(Два раза)

Дышится легко .. ровно ... глубоко ....

*6. Слоговая зарядка (речь невучая)*

МИ – МЕ – МА – МУ

ТИ – ТЕ – ТА – ТУ

КИ – КЕ – КА – КУ

ЛИ – ЛЕ – ЛА – ЛУ

БИ – БЕ – БА – БУ

ВИ – ВЕ – ВА – ВУ

ДИ – ДЕ – ДА – ДУ

НИ – НЕ – НА – НУ

ФИ – ФЕ – ФА – ФУ

*7. Работа над спонтанной речью.*

Заучивание стихотворений (медленный темп) с движением или отхлопыванием ритма. Пение коротких песенок с понятным смысловым содержанием.

Рассказывание знакомых сказок с опорой на иллюстрации. Составление предложений по сюжетным картинкам. Составление коротких рассказов по серии сюжетных картинок.

**УСПЕХОВ ВАМ И ВАШИМ ДЕТЯМ!**

*С уважением,*

*учитель-логопед*

*Новожилова Марина Анатольевна.*

