|  |  |
| --- | --- |
| **Заикание, логоневроз — Nervov.net** | **Поговорим** **о заикании** |

**Заикание -** это нарушение, темпа, ритма, плавности речи, вызываемое судорогами мышц речевого аппарата. Начинается оно у детей с запинок, повторения или растягивания звуков и слогов в слове. Позже говорение сопровождается заметным напряжением органов артикуляции, дыхания, голоса. Возникает заикание в возрасте от 2 до 5 лет.

У детей раннего возраста заикание может возникнуть внезапно в результате психотравмы – испуга, конфликта, резкого изменения условий жизни (неохотного хождения в детский сад, появление в семье еще одного малыша). Такой вид заикания может то стихать, то возобновляться и протекает волнообразно.

**Профилактика заикания**

1. Речь окружающих должна быть неторопливой, плавной, правильной и отчетливой.
2. Отрицательно сказывается на состоянии речи ребёнка неблагоприятная обстановка в семье, скандалы, конфликты.
3. Следите за ребёнком! Избегайте психических и физических травм (особенно головы)
4. Нельзя перегружать ребёнка информацией: читать много книг, несоответствующих возрасту, разрешать часто и долго смотреть телевизионные передачи. Умеренно посещайте театр и цирк,
5. Не перегружайте ребёнка избыточными впечатлениями. Особенно вредна такая нагрузка в период выздоровления после перенесённого заболевания.
6. Не пытайтесь сделать из ребёнка вундеркинда! Не опережайте его развитие!
7. Не читайте страшные сказки на ночь! Не запугивайте ребёнка Бабой Ягой, лешим и другими сказочными персонажами.
8. Не наказывайте ребёнка чрезмерно строго, не бейте, не оставляйте в виде наказания в тёмном помещении! Если малыш провинился, можно заставить его посидеть спокойно на стуле, лишить лакомства.
9. Необходимо создать для ребёнка определенный и твердый режим (своевременные занятия, отдых, полноценное питание) и строго следовать ему.

**Будьте внимательны!**

**Не пропустите первые признаки заикания.**

***Сразу же обратитесь к неврологу и логопеду, если Ваш малыш:***

* употребляет перед отдельными словами лишние звуки ([А], [И];
* повторяет первые слоги или целые слова в начале фразы;
* делает вынужденные остановки в середине слова, фразы;
* затрудняется перед началом речи.

**Если заикание уже появилось, также необходимо:**

1. Немедленно обратиться к неврологу и логопеду.

2. Говорить с ребёнком спокойно, ограничив его речь и переключая его внимание с речи на различные виды деятельности (игры, рисование, мозаика и т.д.).

3. Нельзя передразнивать, высмеивать ребенка, требовать от него правильного произношения слов. Можно привлекать внимание ребёнка к тому, что он иногда говорит неправильно, но:

* делать замечания ребёнку необходимо тактично, без ущемления его достоинства;
* указывая на недостатки, необходимо обращать внимание ребёнка и на положительные качества, поощрять его успехи.

4. Ребёнок старшего дошкольного возраста должен обязательно знать и чувствовать, что может говорить правильно. В младшем возрасте целесообразно ограничиться только одним показом, как нужно говорить.

5. Необходимо очень точно выполнять все предписания врача и логопеда и строго следовать режиму (своевременные занятия, отдых, полноценное питание).

Соблюдение всех этих условий поможет ребёнку вернуться к нормальной, плавной речи.

**Общие правила речевого поведения**

**родителей заикающихся детей**

* Речь должна быть плавной, чёткой, умеренной по темпу, спокойной и обязательно эмоционально-выразительной. Речь, лишенная выразительной интонации, остается без внимания, малыши как будто ее не слышат. Дети в раннем возрасте необыкновенно чутки к интонациям взрослого, охотно копируют их.
* Ребёнку следует задавать только конкретные, понятные вопросы, не торопить с ответом, не перебивать и внимательно выслушивать то, что он пытается сказать, при необходимости помогая ему.
* Речь, адресованная ребёнку, должна быть простой и понятной, с четким проговариванием слов и предложений. Нужно исключить сложные лексико-грамматические обороты, труднопроизносимые слова. Все это облегчает ребенку восприятие содержания речи и построение собственной языковой системы
* Ребенка нельзя наказывать за погрешности в речи, передразнивать его или раздраженно поправлять.
* Полезно читать детям стихотворные тексты, строго соответствующие их возрасту. Дети легко запоминают их, а ритмизированная речь способствует выработке правильных речедвигательных автоматизмов. Полезны игры с ритмичными движениями, ритмичными проговариваниями отдельных слов и коротких фраз.

**Основным условием снятия заикания** **является мир и спокойствие в семье**.

Все вопросы по воспитанию ребёнка должны решаться вне его присутствия (где-то в другой комнате). Ребёнок не должен быть свидетелем семейных конфликтов. Конфликты в семье в присутствии ребёнка способствуют еще большему закреплению заикания.

Живите мирно и в гармонии и это будет способствовать избавлению от заикания в большей мере, нежели постоянные занятия с логопедом на фоне постоянной стрессовой ситуации, в которой будет находиться ребёнок.

***Итак, что нужно делать родителям,***

 ***заметившим, что в речи их ребенка появились запинки?***

1. **Режим молчания.**

Режим молчания проводится в течении 10- 15дней. Во время режима молчания все говорят шепотом. В домашних условиях этот режим трудно соблюдать, однако необходимо придумать ребенку занятие: рисовать, собирать мозаику. Просмотр телепрограмм и мультфильмов на этот период важно исключить!

1. **Расслабляющие движения.** Помахать руками, как птички крылышками. Помахать руками, как при прощании. Кисти рук расслаблены - круговое движение кистями рук.

**3. Дыхательные упражнения.** Ребёнку предлагается потушить свечу. Взрослый объясняет, что сначала нужно вдохнуть через нос (не поднимая плеч и не запрокидывая назад головы), а потом спокойно выдыхать на свечу через рот, произнося длительно шепотный звук [ФФФФФФФ].Взрослый предлагает ребёнку сдувать ватку с ладони и затем проверять – у кого ватка улетела дальше. Предлагается при вдохе понюхать цветок.

**4. Голосовые упражнения.** Звукоподражания паровозному гудку – *[УУУУУ]. З*вукоподражания вою волка – [УУУУУУ].Игра «Эхо»: один произносит громко [А] - другой тихо отзывается [а]. Взрослый следит за правильностью дыхания и артикуляцией детей. Звукоподражания – [АУ].

**Речевые упражнения на координацию слова с движением**

1. Воспитание спокойного темпа при произношении считалки.

Считалка произносится медленно, чётко произнося каждое слова.
«Научились мы считать: Раз, два, три, четыре, пять!».

Размеренные движения пальца руки регулируют темп и делают темп произношения текста доступным для ребёнка. Считалка произносится 4-5 раз, а затем переходим к следующим речевым упражнениям:

2. Воспитание спокойного темпа речи в подвижной игре с мячом. Например, произносим имена друзей: на замахе мяча говорим первый слог, на второй слог – бросаем мяч: Во – ва.

3. Речевые упражнения в счете от одного до пяти. Каждое слово – бросок мячом в пол.

4. Произнесение стишка под хлопки. Самое главное - научить его правильно дышать! Это безоговорочно, прежде всего. Лечить заикание без нормализации дыхания бессмысленно!

***Ребенку надо изменить стереотип дыхания и речи:***

1. следует научиться дышать предельно глубоко, чтобы легкие заполнялись воздухом до самых нижних, широких оснований;
2. нужно как следует натренировать диафрагму, заставить ее активно участвовать в голосообразовании - создать так называемую «опору»;
3. надо тесно смыкать голосовые связки во время фонации, сделать их максимально подвижными и выносливыми.

**Всем этим требованиям полностью отвечает**

**дыхательная гимнастика *А. Н. Стрельниковой***

Из комплекса лучше взять два упражнения: «Насос» и «Обними плечи» - и делать их ежедневно с заикающимися детьми 2 раза в день до еды или через полтора часа после приема пищи.

**Насос».** Исходное положение – стоя на полу, ноги расставлены на ширину плеч, руки свободно опущены вдоль туловища, их мышцы максимально расслаблены.

Перед выполнением вдоха следует наклониться вперед, выгнуть спину «горбом», затем резко вдохнуть через нос. После вдоха необходимо постепенно выпрямиться (но не до исходного положения), одновременно выдыхая воздух.

Самой распространенной ошибкой при освоении упражнения «Насос» является слишком низкое опускание рук (в норме они должны находиться приблизительно на уровне коленей). Если предлагаемая поза по каким-либо причинам оказывается неудобной для пациента, он может делать гимнастику, сидя на удобном стуле.

**«Обними себя».** Исходное положение – стоя на полу, спина прямая, ноги расставлены на ширину плеч, руки согнуты в локтях и выставлены вперед (горизонтально) на уровне плеч, пальцы сжаты в плотные кулаки.

Выполнение упражнения следует начать с резкого шумного вдоха через нос. Одновременно с поступлением воздуха в легкие необходимо постараться отвести кисти рук как можно дальше за спину. После завершения вдоха можно сделать медленный расслабленный выдох, одновременно разводя руки в стороны.

**Желаю успехов!**

|  |  |
| --- | --- |
|  | Информацию подготовила Тарасова Т.В. учитель-логопед МАДОУд/с № 101 г. Тюмени |