

ЗАИКАНИЕ У РЕБЕНКА



ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Что делать, если ребёнок запнулся, пытается повторить слово и не может? Видно, как спазм охватывает всё тело, начинаются судороги, качание головой, моргание ресницами, закатываются глаза ...

ГОВОРИ НА ВЫДОХЕ - контроль дыхания, наличия воздуха в легких.

Остановите ребёнка. Скажите, что для звуков нужен поток воздуха, так говорят все люди! **И объясните технику речи: «ГОВОРИ НА ВЫДОХЕ, ВНАЧАЛЕ СДЕЛАЙ ВДОХ, ЗАТЕМ НА ВЫДОХЕ ГОВОРИ** одно, два слова».

Заметьте, что во время запинки или спазма дыхание остановлено, иногда ребенок пытается произнести слово на вдохе.

Потренируйте работу голоса на звуках: А-О-У-И-...

Перед любым словом делаем **ВДОХ** - это даст необходимый поток воздуха и гарантирует нам произношение слова! Это закон, аксиома лечения! Далее

начинаем выдох 1 секунду, пока без слов (подтверждения наличия потока воздуха), затем произносим 1-2 слова. И всё заново...

Заметьте, что ребёнок готов пересказать, например, половину понравившегося фильма на одном выдохе не получится, как следствие запинки, переходящие в спазм.

Почему надо объяснять про одно или два слова, ведь сами произносим четыре или шесть, а кто-то больше? Это ориентир, который даст понимание, что слов надо произносить мало, столько, сколько получится свободно произнести без запинки, на сколько хватит воздуха.

Но на **начальном этапе** сильных запинок это должно быть именно **ОДНО слово**, затем **через несколько дней ДВА слова** – смотрите по ситуации. **Затем ТРИ слова** и т.д., до нормальных **4-5 слов через несколько месяцев!**

Обратите внимание, что во время пения нет никаких запинок, так как отчётливо фиксируется вдох, и на медленном выдохе произносим слова песни. Поддерживайте ребёнка в пении, разучите вместе песню - всё это укрепляет дыхательные мышцы и голосовые связки.

Речь будет постепенно улучшаться. Настройте себя на продолжительную работу, тогда более скорый результат вас порадует.

Объясните ребенку, что "надо ГОВОРИТЬ МЕДЛЕННО! Быстро говорить не нужно, тебя не поймут".

Ваш смысленный малыш уже в раннем возрасте составляет сложные предложения. **Разговаривайте** с ним **медленно САМИ**, тем самым показывая размеренную,

неторопливую речь. 10-20 слов в минуту – достаточный темп, понятный собеседнику.

Некоторые люди успевают сказать на одном выдохе очень много слов или даже несколько предложений - это очень быстрый темп. Если кто-то из ваших родственников или знакомых: супруг(га), братья, сестры ребёнка, бабушки (все те, с кем общается ребенок) - разговариваю быстро, то поговорите с ними и на своем примере объясните требуемый темп – **ТЕМП ДЕТСКОЙ РЕЧИ**. Начните анализ с себя, как говорите Вы сами?

Так же **обратите внимание, что ребенок говорит громко**. Это дает лишнее напряжение речевому аппарату. Объясните ребенку, что **надо ГОВОРИТЬ МЕДЛЕННО и НЕГРОМКО**. Пусть **на первом этапе** это будет **ШЁПОТ**. Поговорите с ним шёпотом, постепенно увеличивая звук до приемлемого уровня. Делайте это не в форме строгого наставления, а в форме игры, интересного рассказа.

ОСАНКА и РАССЛАБЛЕНИЕ.

Следите за осанкой ребенка, никакой сутулости, поднимайте подбородок, расправляйте плечи! Сутулость – есть причина снижение объема легких, опускание диафрагмы, усложнение работы межрёберных дыхательных мышц, напряжение мышц живота. Правильное положение головы - это ровное положение или чуть вверх подбородок. При наклоне головы вниз нижней челюсть не может свободно двигаться, чтобы открыть рот для произнесения слова. Нижняя челюсть должна опускаться при естественной силе тяжести.

Правильная осанка – это прямой позвоночник. Вес верхней части тела должен опираться на столб

позвоночника. Если это не так, то вся нагрузка (20-30 кг! у детей, до 40 кг у взрослых) приходится на межрёберные дыхательные мышцы и диафрагму (главную дыхательную мышцу). Она находится под нагрузкой, не будет нормально функционировать. Отсюда снижение глубины дыхания, недостаточный напор воздуха при выдохе.

Правильная осанка способствует улучшению кислородного обмена, который нормализует работу мозга!

Лечебный массаж шейно-воротниковой зоны поможет исправить осанку, снять мышечные напряжения и это улучшит речь. Пройдите 4-5 сеансов у массажиста, наблюдайте изменения. Если помог массаж, то дополнительно пройдите 4-5 сеансов (1 сеанс через день или реже: 1 раз в неделю)

НЕ СПЕШИТЕ: и при разговоре, и в обычных делах!

Бывает так: Вам утром на работу, поэтому спешите в детский садик. Спешка – это враг. Спешка (имеется ввиду быстрый шаг, быстрые движения) сбивает дыхание. Точный расчёт времени пути до назначенного места поможет Вам спланировать время выхода из дома, а значит и время подъёма ребёнка.

Старайтесь поддерживать медленный темп не только в разговоре, но и в других действиях, например, ходьбе. Неторопливый шаг успокаивает. Ходите медленно как в садик, так и после садика. Не спешите на прогулках, во время «похода» по магазинам - в любых других случаях.

Отследите и скорректируйте поведение воспитателей в детском саду или нянь!

Воспитательный процесс детям необходим, но попросите сотрудников детского сада сдерживать эмоции! Ровное поведение и требовательность!

Поднимайте самооценку ребёнку! Хвалите ребёнка за хорошие поступки... Самооценка поднимет уверенность, уверенность положительно повлияет на речь. Будьте уверены сами в себе как пример для ребёнка.

Станьте его другом, защитником!

Делайте вместе добрые дела - это хороший воспитательный процесс, положительные эмоции, чувство полезности семье и обществу.

Иногда родители предъявляют слишком высокие требования к речи ребенка - **снизьте вашу планку притязаний**. У вас будет много времени на постановки «правильной» речи и звуков, звуки постепенно исправятся. А лишнее давление на ребенка только ухудшит его психологическое состояние и помешает развивать речь.

Помогает клеткам мозга и кислород - поэтому, необходимы ежедневные прогулки на свежем воздухе и проветривание помещения.

Создайте дома атмосферу доброты и тепла. Помните, что заикание - это прежде всего НЕВРОЗ.

Подготовила:
Якимова Юлия Сергеевна
учитель-логопед д/с 162к3
март 2025г