



ЧТО ДЕЛАТЬ ПРИ ЗАИКАНИИ?

Бывает так: в один прекрасный день, ни с того, ни с сего, ваш двух-трехлетний ребёнок начинает говорить как-то странно: «К-к-как играть!». На сердце становится тревожно, потому что каждый из нас сталкивался с заикающимися людьми, мы можем представить себе те ограничения, которые накладывает этот недуг на нормальное речевое общение. И все-таки, поддаваться панике не надо. Заикание очень часто путают с так называемыми «запинками» (физиологическими итерациями). И тот, и другой речевой недостаток очень похожи в проявлениях: их роднит нарушенный ритм речи. Необходимо уметь отличать заикание от запинок, ведь от этого будет зависеть содержание коррекционной работы.

Заикание – это нарушение темпа и ритма речи при судорожном состоянии мышц речевого аппарата. Судороги бывают различной локализации: голосовые, артикуляционные, дыхательные.

Физиологические запинки (итерации) - часто встречающееся явление в речи детей 2-5 лет, которое требует иной коррекции, нежели заикание и обычно возникает в случае, когда развитие мышления малыша опережает его речевые возможности. Часто сопровождаются хорошим развитием, как умственным, так и физическим. Велик риск возникновения запинок у детей эмоциональных, очень развитых, впечатлительных. Обычно мамы начинают паниковать, ожидая худшего – заикания. Помните, что запинки имеют отдаленное отношение к заиканию. Однако, если вовремя не обратить внимание на повторы слогов и слов в речи и не принять профилактических мер, то риск возникновения заикания довольно велик.

Уважаемые родители, вашему вниманию предлагаются специальные логопедические упражнения, которые позволят работать над плавностью детской речи и развивать дыхание при разговоре. В результате ребёнок преодолевает барьер заикания и начинает говорить в нужном темпе. Занятия будут эффективными лишь в том случае, если атмосфера окружающей обстановки благоприятная.

ЛОГОПЕДИЧЕСКИЕ ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ

🎪 Смешные карусели

Взрослый вместе с ребёнком неторопливо, размеренно ходят по кругу и на каждый шаг произносят фразу: «Мы смешные карусели — опа-опа-опа-па-па, татати-тати-тата».

Дирижёр

Взрослый ритмично машет руками. На каждый его взмах ребёнок произносит нараспев гласные, слоги, слова — всё, что ему захочется.

Весёлые цыплята

Ребёнок попеременно прыгает то на одной, то на другой ножке, изображая цыплёнка и каждый раз меняя при этом дежурную фразу: «Хлоп-топ-хлоп! Ап-цап-тап! Уф-ив-аф! Тап-тип-цып-цып!».

Медвежонок

Взрослый произносит различные слова нараспев, очень медленно. На каждый гласный звук ребёнок должен хлопнуть в ладоши. Постепенно упражнение усложняется: вместе с прихлопом он должен ещё и ногой топнуть.

Артисты

Предложить ребёнку прочитать наизусть любое коротенькое стихотворение, но нараспев, под спокойную музыку (лучше взять классику или инструментальную мелодию). Задача — попасть в такт. Если ребёнок хорошо выполнит задание, можно взять более длинное стихотворение.

Однако коррекция заикания у детей дошкольного возраста не ограничивается только лишь логопедическими весёлыми упражнениями. Так как это не только психологическая и речевая проблема, но и физиологическая, она требует вмешательства и других специалистов в процесс лечения. Например, массажиста.

Игровые занятия с заикающимися детьми в домашних условиях тренируют и закрепляют правильные навыки речи и поведения в усложнённых условиях. Это своеобразный, но очень необходимый мостик для переноса приобретённых навыков из игровых условий в обычные. А самое главное — ребёнок учится правильно вести себя в разных речевых ситуациях, что воспитывает в нём нужное отношение к окружающим и коллективу.

Незадачливый художник

Ребёнок рассматривает картинки и называет несоответствия с действительностью: например, изображена осень, а листья на деревьях зелёные. Здесь важен соревновательный аспект: он должен сделать это как можно быстрее.

Ферма

Ребёнок должен повторять вслед за взрослым звуки, которые произносят различные домашние животные. Сначала он делает это медленно, нараспев, стараясь не заикаться. Как только у него начнёт получаться, темп нужно ускорить.

Творчество

Если малыш хорошо рисует, предложите ему что-нибудь нарисовать и параллельно с этим давать комментарии, рассказывать, что он изображает. Обычно в творческом порыве напряжение снимается и речь становится более плавной. Вместо рисования это может быть лепка, пение и другие увлечения.



ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА

Поможет избавить ребёнка от заикания дыхательная гимнастика. Особенно популярна методика А. Н. Стрельниковой.

Её задача — развитие правильного дыхания при нарушенных речевых функциях. Она идеальна для занятий с детками и в 3 года, и в 6 лет, т. е. возрастных ограничений нет. Включает в себя дыхательные упражнения, сочетающие короткий и резкий вдох с движениями. Активность различных частей тела провоцирует прилив кислорода к тканям.

Насос

Ребёнок принимает вертикальное положение. Руки опущены. Он делает короткий и резкий вдох, одновременно наклоняясь вперёд. Спина округляется, голова опускается вниз. Затем он слегка приподнимается, при этом делая выдох (любой — можно через нос, можно через рот).

Целиком упражнение должно состоять из 8 вдохов, 12 повторов с интервалом в 5 секунд. Но ребёнок может сразу не справиться с таким объёмом. Приходите к нему постепенно. Если малыш пожаловался на головокружение или боль в пояснице, пусть попробует в следующий раз выполнить «насос» из положения сидя.



Так как данное дыхательное упражнение даёт колоссальную нагрузку на различные органы, для его выполнения есть несколько противопоказаний: травмы головы, проблемы с позвоночником, повышенное давление (причём любое — артериальное, внутриглазное или внутричерепное), камни, миопия, плохое самочувствие, обострение любых заболеваний.



Обними плечи



Данное упражнение выполняется из вертикального положения. Руки согнуты, кисти подняты на уровне плеч. Ребёнок должен свести их друг другу навстречу, одновременно делая короткий шумный вдох. Он должен словно обнять себя за плечи, локти при этом сходятся на груди.

При правильном выполнении упражнения руки должны находиться параллельно друг другу, а не как

это часто случается — крест-накрест. На момент выдоха (его можно делать через рот или через нос) руки расходятся, образуя квадрат. Общее количество вдохов — 8. Всего упражнение нужно сделать 12 раз с небольшими интервалами. Противопоказания — сердечная недостаточность и другие тяжёлые заболевания.

Данные дыхательные упражнения помогут вылечить заикание у детей дошкольного возраста, чтобы не возникло проблем с обучением. За два месяца, при правильной технике их выполнения, появляется глубокое и плавное дыхание, которого раньше не было. А очередное обследование покажет, что голосовые связки стали гибкими и подвижными.

МАССАЖ

Чтобы устранить заикание у ребёнка, запишите его на массаж к специалисту.

Основная цель такого массажа — расслабление мышц, которые у заикающегося находятся в постоянном тонусе. Полный курс составляет 12 процедур. При необходимости он повторяется через 2 недели.

Чтобы логопедическая коррекция заикания у детей и массаж были наиболее эффективны, при расстройствах нервной системы врачи могут посоветовать медикаментозную терапию.

МЕДИКАМЕНТОЗНЫЕ ПРЕПАРАТЫ

Медикаментозные препараты от заикания назначаются только при тяжёлых расстройствах психики, нервной системы. По большей части, это противосудорожные, успокоительные средства или транквилизаторы (в крайних случаях).

Самостоятельно подбирать медикаментозное лечение заикания для ребёнка нельзя. Если природа речевого нарушения вовсе не в проблемах нервной системы, такая терапия усугубит состояние ребёнка. Только невропатолог или психотерапевт могут проконсультировать Вас в данном вопросе. Даже фитотерапия не всегда показана.

НАРОДНЫЕ СРЕДСТВА

Иногда врачи могут посоветовать лечение заикания у детей народными средствами, т. е. успокаивающими травами.

Если ребёнок заикается, родители должны понимать, что просто полоскания отварами трав и медовые компрессы на язычок не смогут устранить столь тяжёлое речевое нарушение. Они лишь помогут основному курсу терапии, но самостоятельным и полноценным направлением в лечении детского заикания не являются. Гораздо более эффективными окажутся игровые занятия.

Родители должны понимать, что нельзя проводить лечение заикания у детей в домашних условиях без привлечения специалистов. Для устранения этого серьёзного речевого недостатка нужны и массаж, и логопедические упражнения, и терапия медикаментами. Только комплекс мероприятий даст нужный результат.

