

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«ДЕТСКИЙ САД № 35»

Ставропольский край, Шпаковский район, г. Михайловск, ул. Ленина, 206.

Тел/факс 8(86553) 5-57-02, эл. почта – svetlanagudim19754@mail.ru,

официальный сайт <https://ds35-mixajlovsk.gosuslugi.ru/>

ОКПО 43369282 ОГРН 1202600001670 ИНН/КПП 2623030977/262301001

Консультация для родителей (законных представителей)

«Что такое заикание»

Подготовил:

учитель- логопед
высшей кв. категории

Еременко Н.И.

МБДОУ «Детский сад № 35»

Дата: 15.09.2024 г

Что такое заикание?

Заикание является одним из самых распространённых расстройств речи, которое представляет собой нарушение её плавности, проявляющееся в произвольных остановках и повторениях отдельных звуков и слогов.

Считается, что заикание вызывают судороги тех мышц, которые задействованы при говорении. Это мышцы губ, языка, мягкого нёба, гортани, диафрагмы, грудные и брюшные мышцы. При сильных формах заикания эти судороги могут дополняться судорогами мимических мышц, а иногда движениями рук и даже туловища.

Заикание может возникать внезапно или исподволь, постепенно усиливаясь. Предрасположенность к заиканию может сохраняться очень долго, но проявляется порой только в чрезвычайных обстоятельствах или в стрессовой ситуации.

Специалисты всего мира указывают на диапазон от полутора — двух до пяти — шести лет в качестве критического для возникновения заикания. В действительности же в подавляющем числе случаев заикание возникает в возрасте до десяти лет и только в единичных случаях в более позднем возрасте.

Ряд авторов связывает возникновение заикания с появлением фразовой речи, причём некоторые из них придают особое значение тому, что на этом этапе имеется рассогласование между скоростью мышления ребёнка и скоростью, с которой он способен говорить. В качестве критических периодов называют время, когда ребёнок учится говорить, время поступления в школу и подростковый период, связывая риск возникновения заикания с психологическими факторами. Мальчики заикаются в три раза чаще, чем девочки.

В качестве непосредственной причины возникновения заикания называют нарушение слаженной работы полушарий головного мозга. Некоторые, более редкие, формы заикания связаны с заболеваниями мозга, чаще всего первых месяцев жизни.

Заикание не одинаково проявляется в различных формах речи. Например, при пении оно не встречается никогда. Снимает или ослабляет заикание скандированная речь или речь шёпотом.

Таким образом, спокойная обстановка, определённая форма речи могут приводить к быстрому устранению приступа заикания. Но эти приёмы полезны только в комплексном курсе устранения заикания, как часть кропотливой и длительной работы. Такой курс должен состоять из двух основных частей: тренировки навыков правильной речи и обучения навыкам самоуправления. Проведение его в полном объёме требует участия врачей и педагогов. При этом родители должны принимать самое активное участие в исправлении речи своего ребёнка. В этом процессе у них особая, чрезвычайно ответственная и незаменимая роль.

Как помочь заикающемуся ребёнку? (рекомендации для родителей)

Одна из причин заикания — психическое и мышечное напряжение ребёнка. Следует научить его предотвращать или снимать это напряжение. Постарайтесь превратить занятия в игру, сделать их интересными. Помните, что напряжение нельзя снять с помощью другого напряжения, прямого приказа. Детям свойственно стремление к новому, желание узнавать как можно больше. Полноценному восприятию и усвоению нового способствует состояние спокойной уверенности, отсутствие тревоги и мышечной скованности. Поддержанию подобного состояния очень помогает представление в воображении каких-то приятных картин, для чего пригодна формула: «Вспомните, представьте, ощутите». Хорошо, если это будет какой-то известный вам эпизод из жизни вашего ребёнка — прогулка в саду, летний отдых у моря и тому подобное. Помогите ему представить букет ароматных цветов, пение птиц в лесу, журчание ручья. Лучше всего делать это, расположившись удобно в мягком кресле, прикрыв глаза под звуки спокойной тихой музыки.

После такой подготовки длительностью 5 -10 минут можно приступить к следующим упражнениям:

Упражнения для рук.

1. «Кулачки»: сжать пальцы рук в кулаки, а затем встряхнуть кистями рук, чтобы пальчики расправились.
2. «Олени»: скрестить руки над головой с сильным напряжением (руки твёрдые, как у оленя рога), а затем расслабить и опустить вдоль туловища.
3. «Подъёмный кран»: вытянуть руки вперёд и напрячь (как будто приходится удерживать на них тяжёлый груз), затем расслабить, как после резкого снятия груза; уронить руки на «пуховые подушки».
4. Сжимание и разжимание воображаемого резинового мяча.

Упражнения для ног.

1. «Загораем»: сидя, выпрямить ноги с напряжением (вытягиваем, как на пляже под солнцем) и затем расслабить.
2. «Ножницы»: сидя, выпрямить напряжённые ноги, развести в стороны, затем уронить расслабленные.
3. «Пружинки»: пальцами стопы надавливать на воображаемые упругие пружины, упирающиеся в пол, чередуя напряжение с расслаблением.
4. «Журавль на болоте»: ходьба с высоким подниманием коленей и вытягиванием вниз ступней ног при напряжённых мышцах с последующим расслаблением мышц при опускании ноги.

Упражнения для органов артикуляции.

1. «Лягушата»: растянуть губы в улыбку с напряжением, затем расслабить губы и вернуть в прежнее положение.
2. «Упрямый язык»: с силой упереть язык в верхние зубы, затем расслабить, спокойно уложив; с силой упереть язык в нижние зубы, затем расслабить, уложить.
3. Попеременное сжимание и разжимание зубов.

Упражнения для туловища.

1. «Стирка»: наклониться и делать движения, напоминающие полоскание белья, затем выпрямиться и выполнить движения, имитирующие развешивание белья на высокую верёвку.
2. «Деревянный Буратино»: напряжение в позе навтыжку - «Тряпичная кукла»: полное расслабление всего тела, «провисание».
3. «Спортсмен»: имитация поднимания штанги с напряжением и расслаблением всего тела после её опускания. В такой же последовательности поднятие гири одной, а затем другой рукой и перетягивание каната.

Упражнения для шеи.

- Попеременное напряжение и расслабление мышц шеи («голова на ниточке упала на грудь, на левое плечо, на правое плечо»).
- «Любопытная Варвара»: смотрит влево (шея при этом напрягается), смотрит вправо, а потом опять вперёд (голова — прямо, шея расслабляется).

Важно помнить: нужно, чтобы при выполнении описанных упражнений ребёнок почувствовал расслабление, запомнил ощущение комфорта, научился осознанно расслаблять мышцы.

Работа над дыханием.

Речевое дыхание отличается от обычного жизненного дыхания. Если вне речи мы дышим через нос, то во время речи — через рот; если вне речи вдох и выдох по протяжённости примерно одинаковы, то во время речи выдох значительно превышает вдох по длительности.

Надо помнить:

1. Говорить только на выдохе;
2. Вдох делать через рот короткий и бесшумный, а выдох — длительный и плавный;
3. Плечи при этом должны быть совершенно неподвижны, шея расслаблена;
4. После вдоха сразу следует начинать говорить, не задерживая дыхания;
5. После выдоха перед новым вдохом обязательно сделать остановку примерно на 2 — 3 секунды;
6. Во время речевого дыхания не должно быть никакого напряжения.

Работа над темпом.

Одной из важнейших характеристик речи является темп. Регулирование темпа — необходимая составная часть большинства методов восстановления речи заикающихся. Спокойный и даже замедленный темп способствует уменьшению числа запинок, позволяет лучше контролировать свою речь. Кроме того, спокойный темп речи благоприятствует более чёткому произнесению слов и лучшему их восприятию.

Поэтому необходимо создать ребёнку условия, в которых он мог бы использовать спокойный темп речи в школе и дома, для чего:

1. Родители должны тщательно контролировать темп собственной речи;
2. добиваться необходимого темпа от ребёнка прямыми требованиями (доброжелательно, но настойчиво);

3. Использовать для этого различные косвенные приёмы:

- а) просьбу повторить из-за того, что Вы «не расслышали»;
- б) предложить сперва подумать, а потом сказать;
- в) хвалить речь ребёнка, когда он говорит в спокойном темпе.

Основные правила красивой речи.

- При разговоре необходимо придать телу удобную и свободную позу (мышцы шеи и плеч не напряжены, плечи отведены назад и располагаются на одном уровне).
- Во время речи следует держаться естественно, желательно смотреть на собеседника.
- Перед началом речи сделайте вдох (при вдохе не поднимайте плечи) и сразу же начинайте говорить на *плавном* выдохе, не торопясь, слитно.
- Чётко артикулируйте, произносите гласные протяжно, делайте на них голосовую опору.
- Согласные произносите легко свободно, без напряжения.
- В каждом слове выделяйте ударный гласный звук, произносите его громче и длительнее остальных гласных в этом слове.
- Первое слово во фразе говорите тихо, низким голосом, немного медленнее обычного.
- Длинные предложения делите на смысловые отрезки. Все слова внутри отрезка и короткие предложения произносите слитно, как одно длинное слово.
- Чётко выдерживайте паузу в конце предложения и между его смысловыми отрезками.
- Избегайте монотонности. Говорите выразительно.
- Выдерживайте ровный, умеренный темп и ритм речи. Говорите уверенно и спокойно.
- Не спешите с ответом. Сначала обдумайте высказывание.
- При неудачах остановитесь, успокойтесь и продолжайте говорить более медленно, пока не почувствуете уверенность в речи.
- Постоянно контролируйте себя: не делайте лишних движений руками, ногами, головой, туловищем.
- Не преодолевайте напряжение дополнительным напряжением. При возникновении запинки не следует преодолевать её ещё большим напряжением мускулатуры, так как это ведёт к увеличению её длительности и затрудняет процесс дальнейшего произношения.