**Предупреждение и профилактика заикания у детей**

**Заикание** - это нарушение темпа, ритма и плавности речи,

 вызываемое судорогами в различных частях речевого аппарата.

Заикание относится к тяжелым речевым нарушениям, которое приводит

к затруднению речевого общения.

Заикание   возникает **у детей в возрасте от двух до шести лет.**

При заикании в речи ребенка возникают вынужденные остановки или повторения отдельных звуков и слогов.

**Какие дети более подвержены риску появления заикания?**

1. Дети с тревожными чертами характера, легко возбудимые, эмоциональные детки. Эти малыши  привязаны к маме, плаксивы, раздражительны, остро реагируют на смену обстановки, незнакомых людей. Часто они неспокойно спят и имеют плохой аппетит.

2. Дети с ранним речевым развитием (первые слова и фразы в год); а затем с очень быстрым темпом наращивания словаря (в 2-2,5 они уже говорят развернутыми фразами). Заикание может появиться от сбивания дыхания во время произнесения длинной фразы и желания сказать сразу все, тогда как органы артикуляции еще не могут справиться с таким объемом речевой информации.

3. Дети с задержкой речевого развития. Слова у них появляются ближе к двум годам. Фразовая речь после трех. Речь у таких детей часто бывает невнятная, с плохим звукопроизношением. Заикание у них может быть вызвано двигательной расторможенностью.

4. Дети, имеющие среди родственников заикающихся, чаще, чем другие, подвержены этому недугу. Также следует быть внимательными, если в семье есть левши. У таких деток заикание может быть следствием сниженной возможности адаптации к внешнему миру у ЦНС (центральной нервной системы).

5. Дети с двуязычием в семье также обладают фактором риска появления заикания.

**Как вести себя родителям, если у малыша присутствует фактор риска появления заикания?**

1. Соблюдать режим дня (сон, питание, прогулки - в соответствии с возрастом ребенка).

2. Избегать эмоциональных перегрузок (частое посещение мест скопления большого количества людей); чрезмерных физических нагрузок (при первых признаках усталости позволяйте ребенку отдохнуть, не нажимайте на него).

3. Следить за благоприятным эмоциональным климатом в семье. Не позволяйте себе кричать, ругаться в присутствии малыша.

4. Стараться следить за тем, чтобы предъявляемые к ребенку требования разными членами семьи не противоречили друг другу.

5. При возникновении у ребенка страхов (темноты, одиночества) не говорите ему фраз, типа «будь храбрым мальчиком!», «что за ерунда», отнеситесь к ним со вниманием.  С возрастом страх пройдет, а вот заикание может остаться на всю жизнь. Если страх не проходит длительное время, следует обратиться к психоневрологу.

Очень важным является контроль родителей за собственной речью - ведь для малыша она является образцом для подражания.

**Какова должна быть речь  родителей?**

1. Плавной, спокойной, эмоционально выразительной. Не спешите, не повышайте голоса при общении с ребенком.

2. Не используйте в речи звукоподражания и искаженные варианты произнесения слов.  Ваша речь должна быть четкой, правильной.

3. Старайтесь, общаясь с малышом, не использовать сложные речевые обороты, длинные конструкции. Общайтесь при помощи достаточно простых для понимания фраз.

4. Не давите на ребенка, призывая его быстрее реагировать на ваши слова, не торопите с ответом, и не перебивайте. Дайте ему понять, что вы готовы выслушать его.

**Первые признаки заикания**

* Ребёнок внезапно замолкает, отказывается говорить. Такое состояние может длиться от двух часов до суток, после чего малыш снова начинает говорить, но уже заикаясь.
* Ребёнок начинает вставлять перед некоторыми словами лишние звуки (а, и).
* Ребёнок повторяет первые слоги или целые слова в начале фразы.
* Ребёнок вдруг вынужденно останавливается в середине слова, фразы.
* У ребёнка вызывает затруднение  начало речи.

**Поведение родителей ребёнка с возникшими речевыми запинками**

* Максимально снизить количество поступающей информации (исключить массовые зрелищные мероприятия, книги и фильмы, не соответствующие возрасту, компьютерные игры ).
* Если заикание ребёнка провоцируется заиканием кого-то из близких, сократить их общение (а еще лучше - на время прервать его).
* Если заикание возникло у малыша из двуязычной семьи, следует убрать один язык из обихода. До того момента, когда у ребенка улягутся речевые нормы одного языка. Обычно это происходит к 5-6 годам.
* При "остром" возникновении заикания (обычно, после стресса), следует как можно скорее создать ребенку благоприятные условии для улучшения эмоционального состояния. Это может быть смена обстановки, в которой произошла травма, на иную.
* Усиленно следить за режимом: возможно, удлинить сон и ограничить поступление новой возбуждающей информации.
* Родители должны постараться никак внешне не проявлять свое беспокойство по поводу речи ребенка. Ни в коем случае не ругать малыша и не принуждать его произносить слова правильно. Передразнивания и насмешки недопустимы.
* Речь окружающих начавшего заикаться ребенка должна быть тихой и спокойной. Постарайтесь некоторое время поменьше разговаривать с ребёнком (иногда рекомендуют даже вводить режим молчания).
* Предлагать ребёнку тихие спокойные игры - рисование, лепка, конструирование, не требующие речевого контакта.

Если речь ребёнка не улучшилась в течение нескольких дней или, напротив, появилось ухудшение необходимо проконсультироваться с логопедом и психоневрологом, а затем четко выполнять все их рекомендации.

Хороший эффект при **лечении заикания** дают **дыхательные упражнения**, когда ребенок учится произносить 4-5 слов на выдохе, пропевать и прокрикивать целые фразы. Специальная техника дыхания также помогает расслабиться и снять нервное напряжение. Для снятия повышенной возбудимости речевых рецепторов и восстановить нервную регуляцию речи, используют точечный массаж.

А также различные игры и упражнения.

**Упражнение 1**

Ходьба на месте и по кругу в медленном темпе. Произносить слитно звуки, слоговые последовательности, затем слова (счет, дни недели) и фразы (чистоговорки, пословицы). На каждый шаг-слог:

а-у-а-у-а-у;

ап-ап-ап-ап;

па-па-па-па;

та-та-та-та и др.

От топота копыт пыль по полю летит.

Ехал Грека через реку. Видит Грека в реке рак. Сунул Грека руку в реку. Рак за руку Греку цап.

**Упражнение 2**

Прыжки вправо — влево на правую и левую ногу. Произносить на выдохе:

упа-опа-ипа-апа;

па-по-пу-пы;

паф-поф-пуф-пыф;

хоп-хоп-хоп-хоп и др.

**Упражнение 3**

<pМедленное отхлопывание ритмического рисунка с выделением ударного слога громким хлопком или голосом:

та-тату-татату-тата-тата-татата.

**Упражнение 4**

Слитное произнесение слов и дирижирование в такт проговариванию. При этом рука движется на каждое слово от себя и к себе непрерывно и плавно в процессе произнесения:

август-аист-атом-яхонт-ялик-яма-умница-улица-узник.

**Упражнение 5**

Отхлопывание ритма слов и предложений с одновременным произнесением. Каждый удар ладони приходится на гласный звук:

ноги-нога, атлас-атлас.

руки-рука, замок-замок.

горы-гора, пироги-пироги.

козы-коза, гвоздики-гвоздики,

совы-сова, кружки-кружки.

Я бегу, бегу, бегу,

Я пою, пою, пою.

**Упражнение 6**

Ритмизированное произнесение имен, названий деревьев, животных под хлопки.

**Упражнение 7**

Воспроизведение ритма считалки с дирижированием в такт. Выполнять в медленном и умеренном темпе.

Аты-баты — шли солдаты. Аты-баты — на базар.

Аты-баты — что купили? Аты-баты — самовар.

Аты-баты — сколько дали? Аты-баты — три рубля.

Аты-баты — покажите. Аты-баты — не хочу.

Аты-баты — спать хочу!

**Упражнение 8**

Напевно, выразительно прочитать текст стихотворения под звучащую мелодию (мелодекламация).

**Упражнение 9**

Воспроизвести ритм стихотворения, играя с мячом.

Мой Веселый, Звонкий Мяч,

Ты Куда Помчался Вскачь? Желтый, Красный, Голубой,

Не угнаться

За тобой!

(С. Маршак)

**Упражнение 10**

Озвучить мотив песни в разных тональностях, сочетать пение с движениями рук, ходьбой, маршировкой на месте.

Литература:

1. [http://www.eti-deti.ru](http://www.eti-deti.ru/)

2. Логопедия: Учеб. для студ. дефектол. фак. пед. высш. учеб. заведений / Под ред. Л. С. Волковой, С. Н. Шаховской. — Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2002. — 680 с.

3. Сикорский И.А. О заикании.-СПб.: Издание Карла Риккера,1889