

Как помочь заикающемуся ребенку

Ребёнок начинает рассказывать что-то своей маме, и окружающие обращают внимание на то, что он заикается, прикрывает ладошкой рот, прячет глаза, старается говорить тише, быстрее... Мама переспрашивает его, повышает тон речи: «Что, что? Ничего не понятно!». Ребёнок замолкает и перестаёт вообще что-либо говорить. На глаза наворачиваются слезы, кулачки сжимаются, он отворачивается...

Многие родители не задумываются о проблеме заикания. Осмысление данного речевого нарушения происходит на стадии возникновения запинок, что является первыми предпосылками к заиканию.

Заикание есть нарушение темпа, ритма, плавности речи, вызываемое судорогами в различных частях речевого аппарата. Заикание чаще всего возникает у детей в возрасте от двух до пяти лет. Очень важно не пропустить первые признаки заикания: ребёнок вдруг внезапно замолкает, отказывается говорить; употребление перед отдельными словами лишних звуков (а, и); повторение первых слогов или целых слов в начале фразы; вынужденные остановки в середине слова, фразы; затруднения перед началом речи.

Причиной появления заикания является ослабленность центральной нервной системы. Поводы к возникновению заикания могут быть различными. Иногда оно появляется после ряда инфекционных заболеваний, когда организм ослаблен. Часто заикание возникает после испуга или при постоянном несправедливом, грубом отношении к ребёнку окружающих его людей. К заиканию может привести внезапное изменение в худшую сторону жизненных условий (обстановки в семье, режиме). Нередки случаи заикания у детей с рано развивающейся речью, родители которых читают им слишком много,

обращаются с постоянными просьбами: «расскажи», «повтори», часто заставляют говорить «на показ».

Знание этих причин должно помочь родителям и педагогам вовремя заметить тревожные признаки и своевременно обратиться к специалистам: психологу, психоневрологу, логопеду, поскольку заикание легче предупредить, чем лечить.

Ввиду того, что у заикающихся детей ослаблена нервная система, для них требуется индивидуальный подход, спокойная обстановка в семье, правильный общий и речевой режим.

- Не следует разрешать часто и долго смотреть телевизионные передачи. Это утомляет и перевозбуждает ребёнка.
- Нельзя чрезмерно баловать детей, исполнять любые их прихоти, так как в этом случае психической травмой для ребёнка может послужить даже незначительное противоречие ему.
- Требования, предъявляемые к ребёнку, должны соответствовать возрасту. Нельзя запугивать ребёнка, наказывать, оставляя одного в помещении, особенно плохо освещённом.
- В виде наказания можно заставить его спокойно посидеть на стуле или лишить участия в любимой игре.
- Говорить с заикающимся ребёнком надо чётко, плавно, не торопясь, но ни в коем случае не по слогам и не нараспев.
- Нужно быть всегда одинаково ровным и строгим к ребёнку.
- Следует сблизить такого ребёнка с наиболее уравновешенными, хорошо говорящими детьми, чтобы, подражая им, он научился говорить выразительно и плавно.
- На празднике надо предоставить ребёнку возможность спеть песню вместе с другими детьми, чтобы не лишать радости выступить, не подчеркивать его недостаток, а наоборот, вселять уверенность в свои силы.

- Для заикающегося ребёнка очень важны занятия музыкой и танцами, которые способствуют развитию правильного речевого дыхания, чувства темпа и ритма. Полезны дополнительные занятия по пению. Заикающийся ребёнок всё время должен находиться под наблюдением логопеда и психоневролога.

Заикание – серьёзное испытание для ребёнка. Оно не только мешает ребёнку выражать свои мысли, но и становится преградой в общении со сверстниками. Поэтому, если ваша кроха заикается, сделайте всё возможное, чтобы устранить этот недуг ещё до школы. Причём лечение нужно начинать сразу же, как только вы заметили первые признаки. В начальной стадии болезнь имеет, как правило, лёгкую форму. Стоит поторопиться: лёгкое едва заметное заикание может быстро прогрессировать. И чем больше времени проходит с момента его появления, тем больше шансов получить тяжелейший стойкий дефект речи, который способен повлиять на психику ребёнка.

Помните: здоровые дети растут у спокойных, уравновешенных и любящих родителей.

Формирование и развитие физиологического и речевого дыхания у дошкольников с заиканием

Дисритмия речевого дыхания является одним из основных и постоянных признаков заикания, характеризующегося нарушением координации фонаторно-дыхательных механизмов речи, вызванных судорожной активностью дыхательной мускулатуры.

В норме речевое дыхание представляет собой произвольно регулируемый, контролируемый мышечный процесс. Объём выдыхаемого воздуха, сила потока воздушной струи в процессе голосообразования и голосообразования рационально расходуются соответственно длине интонационно и логически завершенного отрезка высказывания.

В клинической картине заикания наблюдаются дисритмия, неэкономичное использование воздуха в процессе голосообразования, укороченный, толчкообразный, спорадический выдох, частые доборы воздуха, ведущие к логически и синтагматически неоправданному членению речевого потока или разрыву слов, спонтанные задержки дыхания на высоте вдоха или выдоха.

В связи с тем, что у заикающихся наиболее часто наблюдается дисритмичное и поверхностное (верхнереберное) дыхание, сопровождающееся излишним напряжением мышц грудной клетки и плечевого пояса, в практике коррекции заикания используют постановку диафрагмального (нижнереберного) типа дыхания. Этот, наиболее оптимальный в физиологическом аспекте, тип дыхания является основой для формирования такой сложной системы произвольных психомоторных реакций, как речевое дыхание. Дошкольникам с заиканием для развития нижнереберного типа дыхания требуется обучение и активизация физиологической роли диафрагмальной мышцы с помощью специальных игровых упражнений.

Упражнение «Бегемотик» – ребенок, находящийся в положении лежа, кладет ладонь на область диафрагмы, а взрослый произносит:

«Бегемотики лежали, бегемотики дышали.

То животик поднимается (вдох),

То животик опускается (выдох)».

Затем упражнение осваивается в положении сидя, и взрослый произносит другой вариант текста:

«Сели бегемотики, потрогали животики.

То животик поднимается (вдох),

То животик опускается (выдох)».

Упражнение «Качели» – еще один вариант упражнений для развития нижнереберного типа дыхания. Взрослый кладет на область диафрагмы ребёнка, находящегося в положении лежа, игрушку и произносит:

«Качели вверх (вдох),

Качели вниз (выдох),

Крепче, куколка (заинька) держись».

Выполнение дыхательных упражнений в игровой форме вызывает у ребенка положительный эмоциональный настрой, снимает напряжение и способствует формированию практических умений.

В коррекционной работе с заикающимися используются статические дыхательные упражнения, при которых управляемое дыхание производится в спокойном положении, без движения и динамические дыхательные упражнения, при которых управляемое дыхание сочетается с движениями конечностей и туловища. Для ритмичного дыхания в медленном темпе используются движения с большой амплитудой, для дыхания в быстром темпе – короткие и резкие.

Местное воздействие на дыхательную систему заикающихся детей с помощью упражнений, направленных на развитие дыхательных мышц, а также упражнений, нормализующих частоту и глубину дыхательных движений, неотделимо от общего воздействия, способствующего совершенствованию кардиореспираторной системы и повышению функциональной работоспособности всего организма.

Играя важнейшую роль в коррекции заикания, дыхательные упражнения в сочетании с движениями, одновременно являются и мощным оздоровительным средством. Гимнастические упражнения, как известно, улучшают вентиляционную способность легких, повышая в них газообмен. Для правильного выполнения дыхательных упражнений важно учитывать исходное положение рук: положение «руки на поясе» активизируют вентиляцию легких. Положение и движение рук на уровне головы и выше активизируют работу мышц нижней части грудной клетки и диафрагмы. Укрепление дыхательной мускулатуры достигается также использованием упражнений, направленных на развитие мышц плечевого пояса.

Сходные функции выполняют упражнения для мышц туловища, живота и нижних конечностей. Повышение внутрибрюшного давления, которое

наблюдается при напряжении мышц живота, вызывает ответную реакцию со стороны диафрагмы – это один из путей повышения ее тонуса. При синхронизации движений с ритмом дыхания звуки и слова произносятся с опусканием рук вниз, приседаниями, наклонами.

Для тренировки дыхания полезны также доступные детям естественные движения – дозированный бег умеренной и малой интенсивности, ходьба со сменой темпа и направления, ходьба в чередовании с бегом.

Формирование речевого дыхания неразрывно связано с овладением навыка рационального голосообразования и голосоведения, поэтому эти навыки отрабатываются на постепенно усложняющемся речевом материале: при произнесении изолированных звуков, звукосочетаний, слов, фраз.

Пение – еще одна форма дыхательной гимнастики, развивающая голосовой аппарат, укрепляющая голосовые связки и улучшающая речь. Систематическое применение пения оказывает выраженную положительную динамику показателей функции внешнего дыхания. Наблюдается увеличение жизненной ёмкости легких, резервных объёмов вдоха и выдоха, одновременное уменьшение частоты и минутного объёма дыхания, а также снижение дыхательных энергозатрат. Взаимосвязь музыки, слова и движения прекрасно представлена в хороводах.

Ребенок, освоивший правильное дыхание, нуждается в постоянном контроле и наблюдении со стороны педагогов и родителей. Отсюда необходимость постоянного повторения дыхательных упражнений для закрепления навыков правильного физиологического и речевого дыхания.

Примерные комплексы дыхательных упражнений, которые можно выполнять с детьми дома

Комплекс 1

1. «Нежный ветерок». Вдох носом, плавный выдох через неплотно сомкнутые губы (ффф.....).

2. «Телёночек». Вдох носом, плавный выдох через нос с голосом (ммммм.....).

3. «Греем руки». Вдох носом, плавный выдох ртом, рот широко открыт (хаааа.....).

4. «Подуй на щёчки». Вдох через нос, плавный выдох через углы рта, сначала – через правый, затем – через левый.

5. «Ёжик». Вдох носом, выдох через неплотно сомкнутые губы толчкообразно, прерывисто, делая короткие промежутки (ф! ф! ф!).

6. «Собачка». Рот широко открыть, высунуть язык, вдох и выдох ртом толчкообразно, прерывисто.

7. «Поиграем на трубе». Губы трубочкой вытянуты вперед. Вдох носом, толчкообразный выдох через «трубочку» (у! у! у!).

Комплекс 2

1. Вдох носом, удлиненный выдох с усилением в конце (фффф...ф! ф!).

2. Вдох носом, толчкообразный выдох, в конце переходящий в плавный выдох (ф! ф! фффф...).

3. Вдох носом. Губы трубочкой вытянуты вперед, удлиненный выдох через «трубочку» с усилением в конце (уууу...у! у!).

4. Вдох носом. Губы трубочкой вытянуты вперед, толчкообразный выдох, в конце переходящий в плавный выдох (у! у! уууу...).

5. Вдох через слегка сомкнутые губы, удлиненный выдох через нос с усилением в конце с голосом (мммм...м! м!).

6. Вдох через слегка сомкнутые губы, толчкообразный выдох, в конце переходящий в плавный выдох (м! м! мммм...).

Использованы материалы
с сайта <http://logoburg.com>