

ЗАИКАНИЕ: ПРИЧИНЫ И КОРРЕКЦИЯ

Уважаемые читатели! В номерах 3, 5, 7 нашего журнала за 2006 год мы начали разговор о заикании у детей, причинах его возникновения и коррекции в дошкольном учреждении и дома. Сегодня предлагаем вашему вниманию продолжение тех публикаций, акцентируя особое внимание на предупреждении возникновения заикания, его профилактике и коррекции в условиях семьи. Автор будет благодарен за все замечания и предложения по существу рассматриваемой им темы.

(Продолжение. Начало в номерах
3, 5, 7 за 2006 г.)

РАЗНООБРАЗИЕ СРЕДСТВ И ПРИЁМОВ КОРРЕКЦИОННО- ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ РАБОТЫ ПРИ ЗАИКАНИИ. ПРИМЕРНЫЕ ЗАНЯТИЯ, ТЕКСТЫ РАССКАЗОВ

Как уже отмечалось в прежних публикациях, заикание у детей в большинстве случаев возникает в период развития речи, т.е. в возрасте от 2 до 4 лет. Данное обстоятельство в основном объясняют тем, что в этом возрасте у них ещё слаб речевой механизм. Он весьма чувствителен к любой травме. По существу это объяснение верно, но оно является слишком общим и потому не даёт возможности наметить конкретные меры для борьбы с заиканием. Бесспорно, что хрупкий механизм требует бережного обращения, но для этого нужно знать, в чём заключается его слабость и от чего фактически надо оберегать ребёнка, т.е. что считать травмирующими факторами. Для этого в первую очередь необходимо знать характерные закономерности психического развития детей данного возраста, позволяющие понять и объяснить явления, которые играют значительную роль в возникновении и развитии заикания.

Мы знаем, что первый год жизни ребёнка является периодом, во время которого формируются предпосылки для развития речи и других психических функций. Так, на ступени гуления и лепе-

та малыш упражняется в произнесении различных звуковых комплексов. Это происходит как путём повторения собственных возгласов и звуков, так и подражания другим. Однако в этом периоде звуковые комплексы не являются для самого ребёнка носителями определённого смысла. Со второго года, как считает Д.Н. Узнадзе, «в ребёнке происходит одно коренное изменение, которое по своим последствиям представляет одну из величайших революций во всей истории развития ребёнка». В это время, отмечает Д.Н. Узнадзе, он начинает осознавать, что звуковые комплексы имеют символическое значение, они что-то выражают. С этого момента просыпается большая потребность в приобретении новых слов. В результате начинается бурное развитие речи, в течение короткого времени ребёнок значительно обогащает свой словарь. Раньше всего появляются существительные, затем — глаголы и слова других категорий. Но главное состоит в том, что ребёнок начинает употреблять различные формы слов и синтаксические связи. Если сначала он использует в своей речи слова в неизменной форме, то очень скоро начинает прибегать к склонению, спряжению и т.д. Первые произнесённые ребёнком фразы состоят из одного слова, которое имеет значение фразы. К концу второго года он начинает объединять уже 2—3 и более слов. Постепенно усложняется и форма составленных им предложений. Появляются повествовательные предложения, касающиеся как настоящего, так и прошедшего времени. Чуть позже к ним прибавляются и вопросительные. С этого времени он уже может грамматически правильно оформлять в предложении основную и подчинённую мысли. Вместе

с тем у него появляется интерес к временным отношениям и причинным связям. Поэтому он часто употребляет вопросы: «Когда?», «Почему?», «Зачем?», «Что это?» Развитие основных грамматических элементов речи по существу начинается и заканчивается в данном периоде (Д.Н. Узнадзе). Таким образом, темпы развития речи исключительно высоки, хотя этот темп не всегда одинаков.

Из сказанного следует, что ребёнок за очень короткий срок овладевает основными формами речи, что, несомненно, представляет для него известную сложность. К изложенному надо добавить, что в это время вместо помощи наблюдаются критика и преувеличенные требования со стороны взрослых. Штерн считает, что переживания ребёнка и потребность их выразить растут быстрее, чем запас слов, что, естественно, является выражением определённого противоречия. Иначе говоря, ребёнку для выражения своих переживаний не хватает имеющихся в его распоряжении слов. Возникает «затруднение речи», которое приводит к тому, что он спонтанно образует новые формы — новые «речевые богатства». По мнению Штерна, как правило, малыш не осознаёт ни «затруднений», ни используемых для их преодоления средств.

Конечно, Штерн не имел в виду детей, речевое развитие которых по какой-либо причине запаздывает, т.е. когда несоответствие между желанием выразить мысль и запасом слов значительно больше. Это несоответствие в некоторых случаях может стать причиной заикания, особенно в тех случаях, когда к этому серьёзному затруднению добавляются повышенная требовательность и перегрузка вербальных возможностей ребёнка.

Известно, что переживания и речь представляют взаимно дополняющие части одного целого. Необходимость вербального выражения переживания Д.Н. Узнадзе объясняет тем, что переживания становятся оформившимися и завершёнными, если они проявятся вербально. Потребность в таком выражении

у ребёнка особенно велика. *«Несомненно, переживания ребёнка, которые представляют малодифференцированное состояние, должны по существу содержать значительно больше моторных моментов, чем у взрослого человека».* Иными словами: *«Ребёнок не может иметь переживания только для себя, не может молча, не высказываясь, переживать что-либо в одиночестве. Его переживания должны быть вынесены наружу. Они сами стремятся быть выявленными»*, поскольку ребёнок — в высшей степени социальное существо. Таким образом, эта непосредственность ребёнка вытекает из его чрезмерной «социальности». Ведь сам факт возникновения речи объясняется необходимостью взаимного общения с окружающими. Эта необходимость и потребность с полной интенсивностью проявляются вместе с началом «настоящей речи». Речь помогает ребёнку в установлении социального контакта, способствует осознанию объективной действительности и познанию объективной истины.

Отмеченные выше факты делают очевидным следующее: чем многообразнее восприятия и переживания ребёнка, тем выше оказываются требования к его вербальным возможностям. Для современных детей объективная действительность, в которой они живут, и явления, которые они должны познать и осознать, сами по себе являются сложными. К этому добавляется ещё и искусственное усложнение, которое создают родители и близкие ребёнка. Они стремятся как можно раньше и лучше его «развить»: хотят, чтобы он овладел несколькими языками, заучивал многочисленные стихотворения и сказки, запомнил содержание кинокартин и рассказов, предназначенных для детей школьного возраста, и т.д.

Ещё раз в этой статье вернёмся к организации режима заикающегося ребёнка, к тому, как следует его организовать, чтобы предотвратить заикание.

ОРГАНИЗАЦИЯ ДОМАШНЕГО РЕЖИМА ЗАИКАЮЩЕГОСЯ РЕБЁНКА (Памятка родителям)

Правильно организованный домашний режим — тот благоприятный фон, на котором устранение заикания даст наибольший эффект. Под режимом надо понимать весь образ жизни ребёнка: организованные виды деятельности, отдых, сон, питание, быт. Всё должно способствовать тому, чтобы оздоровить и укрепить его нервную систему.

В систему воспитания заикающегося ребёнка входит создание спокойной, доброжелательной обстановки, предполагающей атмосферу взаимного уважения,

доверия и любви в семье. Семейные взаимоотношения в значительной мере влияют на речь ребёнка, её улучшение или ухудшение. Недомолвки, ссоры, скандалы в семье создают напряжённую обстановку в доме, и ребёнок, как барометр, чутко реагирует на это. Он глубоко переживает семейный разлад, часто плачет, нервничает, постоянно находится в напряжённом состоянии, и, конечно, на этом фоне ухудшается его речь. При такой ситуации специальные занятия, безусловно, никакого результата не дадут.

Хочется дать несколько практических советов родителям. Ребёнок никогда не должен присутствовать при «взрослых» разговорах. Отношение к малышу должно быть равным со стороны отца, матери и других членов семьи. Родители должны быть очень последовательны в своих требованиях. Запретив, например, ему смотреть вечерние телевизионные передачи для взрослых, они никогда не должны отступать от этого правила. Только тогда их требования не будут вызывать у ребёнка протеста.

Заикающийся не должен чувствовать себя в семье ни ущемленным, ни привилегированным, т.е. нельзя заласкивать его, потакать капризам и ограждать от трудностей, но и нельзя также подчёркивать перед всеми его неполноценность, наказывать физические. И то и другое может отрицательно сказаться на формировании его характера.

Следует относиться к заикающемуся ребёнку, как к здоровому. Родители не должны показывать своего волнения малышу, если он говорит заикаясь. Слово «заикание» вообще не должно произноситься в доме. Тем более недопустимо передразнивать заикающегося и демонстрировать его запинки. Ни в коем случае в присутствии товарищей нельзя делать замечания и поправлять ребёнка, если он говорит с запинками. Замечания подобного рода ранят его самолюбие и отталкивают от родителей. Конечно, это не значит, что вообще не надо поправлять ребёнка, если он не следит за своей речью. Но делать это нужно предельно тактично, неназойливо, чтобы не вызывать раздражения и озлобленности, и лучше всего наедине.

Требую от ребёнка неторопливой речи, взрослые в первую очередь должны следить за собой: говорить надо спокойно и обязательно в умеренном темпе. Ведь отвечать неторопливо на быструю речь, которой часто грешат сами родители, ребёнку очень трудно. Не следует фиксировать внимание на плохой речи, но каждый, даже самый малый, речевой успех надо всячески поощрять, чтобы внушить малышу уверенность в том, что он может говорить хорошо.

Сложнее обстоит дело в семьях, где заикается и ребёнок, и кто-то из родителей. Что тут можно посоветовать? Рекомендовано родителям самим пройти

курс специальных занятий, игр. Это полезно вдвойне, так как, владея речевыми навыками, они смогут более эффективно помочь своему ребёнку избавиться от заикания.

Зачастую взрослые неправильно ведут себя при возникновении у ребёнка запинки судорожного характера. Одни просят замолчать, другие требуют «правильной» речи. Рекомендуются доброжелательно и внимательно выслушивать ребёнка, стараясь начать или договорить вместе с ним фразу. Весь тон общения должен быть постоянно равным, доброжелательным. Маме и папе необходимо учитывать интересы ребёнка, его тревоги и страхи. Например, дети при засыпании нередко просят не гасить свет, не оставлять их одних. Надо прислушаться к этим просьбам, успокоить малыша, посидеть с ним рядом, пока он не заснёт. Важно помнить, что насмешливое, неуважительное отношение к ребёнку способствует развитию у него чувства собственной неполноценности, тревожной мнительности, общей неудовлетворённости.

Слишком строгая авторитарная система воспитания, запугивание, побои, излишняя требовательность отрицательно сказываются на воспитании заикающегося ребёнка. Но и повышенная тревожность за состояние его здоровья, подавление самостоятельности, стремление матери, бабушки сделать всё за внука, отсутствие каких-либо требований, связанных с соблюдением дисциплины, также отрицательно влияют на формирование личности.

Без продуманного и чётко составленного распорядка в выходные дни здесь не обойтись. Но, как правило, проку от этого нет, так как мало составить распорядок дня, надо неукоснительно выполнять его. Только тогда у ребёнка на всё будет хватать времени. Кроме того, точное выполнение режима дня приучит его правильно распределять и ценить время, будет воспитывать в нём волевые качества, которые так необходимы в работе по преодолению заикания.

При составлении режима дня:

Необходимо выделить специальные часы на выполнение заданий специалиста и самостоятельных речевых занятий. Желательно, чтобы ребёнок ежедневно занимался не менее двух часов, но не подряд, а в два-три приёма и без принуждения.

Есть ребёнок должен регулярно, в одно и то же время. Ужин ему следует давать не перед самым сном, а хотя бы за час. Надо строго придерживаться всех рекомендаций врача, касающихся правильного питания. В пище не должно быть острого, солёного, кислого, пряного, горького, шоколада, кофе, какао. Всё это должно заменяться, так как возбуждающе действует на нервную систему.

Обязательно нужно, чтобы ребёнок ежедневно гулял. Пребывание на воздухе

необходимо для хорошего самочувствия и правильного физического развития.

Очень важным элементом в распорядке дня является сон, который должен продолжаться не менее 9–10 часов. Кроме того, дошкольникам очень полезен дневной сон. Следует приучить ребёнка ложиться всегда в одни и те же часы. Чтобы он спал спокойно, надо исключить перед сном всё возбуждающее: подвижные игры, чтение детективной и приключенческой литературы, рассказывание страшных историй и сказок, азартные споры и, конечно, телевизионные передачи, просмотр которых вообще нужно сократить до минимума.

Телепередачи, особенно не соответствующие детскому возрасту, приносят много вреда, являются большой нагрузкой на нервную систему. Очень правильно поступают те родители, которые заранее знакомятся с телевизионной программой на неделю и выделяют 1–2 (не больше!) передачи, в основном субботние или воскресные, которые может посмотреть их сын или дочь.

Необходимо приучать ребёнка слушать спокойную музыку, петь с ним песни. Но и это должно создавать покой.

Во многих семьях существует традиция: мы — в гости, гости — к нам. Так вот, большие застолья — не для детей, по возможности ограничьте их.

Очень важно в воскресные и праздничные дни не перегружать ребёнка впечатлениями. Часто приходится сталкиваться с тем, что дети в течение одного дня бывают на 2–3 ёлках, родители умудряются отвести их ещё и в театр, кино и т.д. Или, наоборот, посмотрят 2–3 дневных сеанса, а затем сходят в театр, на ёлку, в гости. Такое обилие впечатлений приносит прямой вред, так как ребёнок не в состоянии «переварить» увиденное. Он перевозбуждается, утомляется. В итоге приходит в дошкольное учреждение не отдохнувшим, а ещё более утомлённым.

В выходные дни нужно увеличить время пребывания на свежем воздухе. Однако не следует впадать в другую крайность — разрешать ребёнку гулять с утра до вечера. Всё хорошо в меру. Это относится и к спорту. При заикании спортом заниматься можно и нужно, но далеко не всяким. Категорически запрещаются неритмичные виды спорта, связанные с большим мышечным напряжением. Рекомендуются художественная гимнастика, плавание, лыжи, коньки. Можно привлекать детей к танцам, но спокойным. Эти виды спорта координируют движения и упорядочивают дыхание. Однако, занимаясь любым из этих видов спорта, от участия в соревнованиях нужно отказаться, так как любое соревнование связано с эмоциональным возбуждением и вызывает большое напряжение нервной системы, что при заикании как раз недопустимо. Необходимо

вести в режим дня ежедневную физическую зарядку.

Хотелось бы также предостеречь родителей от модного увлечения наших дней — дополнительных нагрузок в дошкольном учреждении (различные кружки), что, очевидно, идёт от желания видеть своего ребёнка всесторонне развитым. Если речь ребёнка нормализовалась, опасения, что останется заикание на всю жизнь, позади, то при нагрузках всё может возобновиться. Вряд ли при этом ребёнок станет хорошим спортсменом, знатоком иностранного языка или музыкантом. Желая, чтобы он правильно говорил, к перечисленному выше родители добавляют ещё и занятия у учителя-дефектолога. Даже для детей с нормальной речью такая нагрузка может оказаться непосильной и станет первым шагом на пути к заиканию. Если же ребёнок уже страдает заиканием, то это недопустимо.

Прежде всего родители должны решить, что в настоящее время важнее для малыша. И если они пришли к выводу, что главное — здоровая речь, значит, нужно отказаться от всех дополнительных нагрузок, так как логопедические занятия уже являются большой нагрузкой.

Итак, непродуманный режим дня, нерегулярное питание и сон, неправильное обращение взрослых с ребёнком, нездоровая семейная обстановка, несерьёзное отношение к специальным занятиям препятствуют устранению заикания.

В первые 10–12 дней игр-занятий проводится «режим молчания». Быт ребёнка должен организовываться таким образом, чтобы свести его речь к минимуму. Трудно сделать так, чтобы он вообще не разговаривал. Не надо понимать «режим молчания» буквально, как полную немоту в течение всего этого срока. Не произойдёт ничего страшного, если ребёнок произнесёт в день несколько слов, фраз, практически ему необходимых. Но всё же его речь необходимо всячески ограничивать. Чтобы ему это было не в тягостно, можно ввести элементы игры. Например, устроить соревнование: кто первый не выдержит молчания и заговорит, тот проиграл очко. Каждый вечер подсчитываются очки и объявляется победитель. Можно попробовать объясняться друг с другом жестами. Дети обычно охотно поддерживают эту идею.

Обычно курс занятий в группе начинается с усвоения дошкольниками речевых правил. Эти правила должны хорошо знать и родители.

ПРАВИЛА РЕЧИ

- Во время разговора всегда смотри в лицо собеседнику. Это поможет тебе говорить смело и уверенно.
- Прежде чем начать говорить, подумай о том, что хочешь сказать.

● Помни, что всегда и везде нужно говорить плавно, спокойно, неторопливо.

● Когда говоришь, не сутулься, не опускай голову, не делай лишних движений. Держись прямо, уверенно.

● Перед началом речи вдохни и сразу же начинай говорить. При вдохе не поднимай плечи.

● Говори на выдохе.

● Воздух в основном расходуется на гласные звуки. Гласные звуки произноси широко и громко, чётко артикулируя их.

● Не нажимай на согласные звуки. Произноси их легко, без напоминания.

● В каждом слове обязательно выделяй ударный гласный звук: произноси его громче и протяжнее остальных гласных.

● Короткие предложения, состоящие из 3–4 слов, произноси на одном выдохе. Строго выдерживай паузы между предложениями.

● Длинные предложения дели на смысловые отрезки (3–4 слова), между которыми выдерживай паузу и делай новый вдох.

● Слова внутри короткого предложения и смыслового отрезка произноси слитно, цепляя одно за другое.

● Говори громко, чётко, выразительно.

Всегда говорим мы, когда выдыхаем. Как будто бы парус мы ртом надуваем.

Для работы с заикающимися детьми специалистам можно использовать упражнения на расслабление.

В предлагаемом тренинге ребёнок учится не только расслаблять мышцы, но и осознаёт состояние покоя, ненапряжённости. Обучение расслаблению идёт по контрасту с напряжением. Например, крепко сжимая кулак, а затем отпуская его, ребёнок учится различать состояния напряжения и расслабления и, в конечном итоге, расслаблять мышцы по своему желанию. Расслабление способствует снятию мышечного напряжения и эмоционального возбуждения.

Эмоциональная неуравновешенность ребёнка может выражаться не только в резкой смене и неадекватности реакций, но и в неловких, беспокойных движениях, прерывистом сне и т.п. Если игровые методы используются в основном для коррекции личностных нарушений у детей, таких, как неадекватная самооценка, конфликтность, агрессивность, снятие страхов и других негативных эмоций, то для общего успокоения мы предлагаем использовать тренинг мышечного расслабления.

В его основу положен комплекс упражнений, разработанный И.Г. Выгодской, Е.Л. Пеллингер и Л.П. Успенской.

Ощущение расслабления будет более сильным, если ему предшествовало напряжение. При этом не следует забывать, что внимание ребёнка должно фиксироваться на расслаблении. При выполнении упражнений необходимо обратить внимание на то, как приятно состояние не-

напряжённости, спокойствия. Не все дети овладевают навыками расслабления сразу, поэтому необходимо достаточно большое терпение педагогов, родителей при разучивании этих упражнений. Но их эффективность стоит того, чтобы посвятить им несколько минут перед специальным занятием, во время занятия, а также дома (допустим, вечером).

Формулы, введённые в данную программу, можно использовать и вне занятий. При возбуждении или волнении напомним ребёнку знакомые слова: *«Мы спокойны всегда!», «Дышится легко...»* Если он капризничает, можно отвлечь: *«Успокойся, расслабься...»* или спокойно, но твёрдо напомнить: *«Рот приоткрывается, всё в нём расслабляется, и послушный наш язык быть расслабленным привык»*. В конкретных обстоятельствах могут использоваться различные формулы.

Тренинг проходит в два этапа: мышечное расслабление по контрасту с напряжением и мышечное расслабление по представлению. Упражнения разделены на группы на основании тех мышц, расслаблению которых они способствуют. При проведении рекомендуется использовать спокойную, медленную музыку. И не забывайте, что уже разученные упражнения хорошо бы периодически повторять!

I. Упражнения на освоение и закрепление позы покоя и расслабления мышц рук

«Поза покоя»

Сесть ближе к краю стула, опереться на спинку, руки свободно положить на колени, ноги слегка расставить. Формула общего покоя произносится медленно, тихим голосом, с длительными паузами.

*Все умеют танцевать,
Прыгать, бегать, рисовать,
Но не все пока умеют
Расслабляться, отдыхать.
Есть у нас игра такая —
Очень лёгкая, простая,
Замедляется движенье,
Исчезает напряженье...
И становится понятно —
Расслабление приятно!*

«Кулачки»

Сожмите пальцы в кулачок покрепче. Руки лежат на коленях. ...*См. дальше по тексту.*

«Олени»

Представим себе, что мы — олени. Поднять руки над головой, скрестить их, широко расставив пальцы. Вот какие рога у оленя! Напрягите руки. Они стали твёрдыми! Нам трудно и неудобно держать так руки. Напряжение неприятно. Быстро опустите руки, уроните их на колени. Расслабили руки. Спокойно. ...*См. дальше по тексту.*

II. Упражнения на расслабление мышц ног

Перед началом работы с этими упражнениями дети должны освоить упражне-

ния на расслабление мышц рук. Неплохо, если ребёнок повторит их. Повторение может быть закончено стихами:

*Руки не напряжены,
А расслаблены.
Наши руки так стараются,
Пусть и ноги расслабляются!*

«Пружинки»

Давай представим, что мы поставили ноги на пружинки. Они выскакивают из пола и отталкивают носки наших ног так, что те поднимаются вверх, а пятки продолжают упираться в пол. ...*См. дальше по тексту.*

«Загораем»

Представьте себе, что ноги загорают на солнышке (*вытянуть ноги вперёд, сидя на стуле*). Поднимаем ноги, держим. Ноги напряглись. Здесь можно предложить ребёнку самому потрогать, какими твёрдыми стали его мышцы. Напряжённые ноги стали твёрдыми, каменными. Опустили ноги. Они устали, а теперь отдыхают, расслабляются. Как хорошо, приятно стало. Вдох-выдох!

*Мы прекрасно загораем!
Выше ноги поднимаем!
Держим... Держим... Напрягаем.
Загораем! Опускаем (ноги резко опустить на пол).*

*Ноги не напряжены,
А расслаблены.*

III. Упражнения на расслабление мышц рук, ног и корпуса

«Штанга»

Будем заниматься спортом. Встань. Представь, что ты поднимаешь тяжёлую штангу. Наклонись, возьми её. Сожми кулаки. Медленно поднимаем руки. Они напряжены! Тяжело! Руки устали, бросаем штангу (*руки резко опускаются вниз и свободно висают вдоль туловища*). Они расслаблены, не напряжены, отдыхают. Легко дышится. Вдох-выдох! ...*См. дальше по тексту.*

«Кораблик»

Представьте себе, что мы на корабле. Качает. Чтобы не упасть, расставьте ноги пошире и прижмите их к полу. ...*См. дальше по тексту.*

IV. Упражнения на расслабление мышц живота

«Шарик»

Представим, что мы надуваем воздушный шар. Положите руку на живот. Надуваем живот, будто это большой воздушный шар. Мышцы живота напрягаются. Это сильное напряжение неприятно! Не будем надувать большой шар. ...*См. дальше по тексту.*

«Стульчик»

Ребёнок лежит на спине, руки — вдоль тела. Он начинает медленно подниматься и садится, как будто на стульчик. При подъёме мышцы живота напрягаются, а когда он садится, расслабляются. Хорошо, приятно стало. Постепенно, медленно опускаемся опять на спину. Снова на-

прягаются, а затем расслабляются мышцы.

V. Упражнения на расслабление мышц шеи

«Любопытная Варвара»

а) Поверните голову влево, постарайтесь это сделать так, чтобы увидеть как можно дальше. Сейчас мышцы шеи напряжены! Потрогайте шею справа, мышцы стали твёрдые, как каменные. Вернёмся в исходное положение. Аналогично в другую сторону. Вдох-выдох!

*Любопытная Варвара
Смотрит влево...*

Смотрит вправо...

*А потом опять вперёд —
Тут немного отдохнёт.*

Шея не напряжена, а расслаблена.

Движения повторяются по 2 раза в каждую сторону.

б) Теперь поднимите голову вверх. Посмотрите на потолок. Больше откиньте голову назад! Как напряглась шея! Неприятно! Дышать трудно. Выпрямились. Легко стало, свободно дышится. Вдох-выдох! ...*См. дальше по тексту.*

Эти группы упражнений содержат также и расслабление по представлению. Оно заключается в воздействии на детей только словом. Когда ребёнок, отличающийся повышенной эмоциональностью, научится мышечному расслаблению, появится возможность снятия эмоционального напряжения путём внушения. Дети легко поддаются внушению, которое проводится, как игра «Волшебный сон». Ребёнок находится в позе покоя, глаза закрыты, он внимательно слушает ведущего и выполняет особые «команды» — специальные формулы внушения в стихах.

Путём внушения углубляется и закрепляется состояние спокойствия и мышечного расслабления, которое вызывается у детей по представлению.

VI. Упражнения на расслабление речевого аппарата (губ, нижней челюсти)

«Хоботок»

Вытянуть губы «хоботком» (*как при артикуляции звука «у»*). Напряглись губы. Опускаем хоботок. Теперь губы стали мягкими, ненапряжёнными (*рот слегка приоткрыт, губы расслаблены*).

*Подражаю я слону,
Губы хоботком тяну,
А теперь их отпускаю
И на место возвращаю.
Губы не напряжены
И расслаблены.*

«Рот на замочке»

Поджимаем губы так, чтобы их совсем не было видно. Закрываем рот на замочек. Сильно-сильно сжимаем губы. Им становится неприятно. Отпускаем губы. Вот какими мягкими и ненапряжёнными они стали.

«Лягушки»

Губы вытягиваются, как при произношении звука «и», а затем возвращаются на место.

*Тянем губы прямо к ушкам!
Вот понравится лягушечкам!
Потяну — перетяну
И нисколько не устану!
Губы не напряжены
И расслаблены.*

«Орешек»

Представьте, что вы разгрызаете твёрдый орешек. Крепко сожмите зубы. Челюсти напряглись, стали, как каменные. Это неприятно. Разожмите челюсти — легко стало, рот приоткрылся, всё в нём расслаблено.

*Зубы крепче мы сожмём,
А потом их разожмём,
Губы чуть приоткрываются,
Всё чудесно расслабляется.*

«Волшебный сон»

Ребёнок находится в позе покоя. Взрослый даёт ему следующую установку: «Сейчас, когда я буду читать стихи, ты закроешь глаза. (Начинается игра «Волшебный сон».) Ты не заснёшь по-настоящему, будешь всё слышать, но не будешь двигаться и открывать глаза, пока не «проснёшься». Внимательно слушай и повторяй про себя мои слова. Шептать не надо. Спокойно отдыхай, закрыв глаза. «Волшебный сон» закончится, когда я скажу: «Открыть глаза». Вниманию: наступает «волшебный сон».

*Реснички опускаются...
Глазки закрываются...
Мы спокойно дышаем (2 фаза),
Сном волшебным засыпаем.
Дышится легко... ровно... глубоко...*

*Наши руки отдыхают...
Ноги тоже отдыхают...
Отдыхают, засыпают (2 фаза).
Шея не напряжена
И расслаблена...
Губы чуть приоткрываются,
Всё чудесно расслабляется
(2 фаза).
Дышится легко... ровно... глубоко...*

Длительная пауза.

*Мы спокойно отдыхали,
Сном волшебным засыпали.
Хорошо нам отдыхать!
Но пора уже вставать!
Крепче кулачки сжимаем,
Их повыше поднимаем.
Потянуться! Улыбнуться!
Всем открыть глаза и встать.*

Стихотворная формула читается медленно, тихим голосом, с длительными паузами. Желательно использовать спокойную, расслабляющую музыку. Это упражнение можно проводить перед дневным или ночным сном ребёнка, для снятия накопившейся усталости и напряжения.

VII. Упражнения на расслабление мышц речевого аппарата (губ, челюстей, языка)

«Сердитый язык»

Язык упирается в верхние губы, затем опускается. Он старается вытолкнуть зубы наружу, потом расслабляется, как будто спит.

*С языком случилось что-то:
Он толкает зубы!
Будто хочет их за что-то
Вытолкнуть за губы!
Он на место возвращается
И чудесно расслабляется.*

«Горошина»

Язык прижимается к щеке и надавливает на неё, как будто за щекой спрятана горошина. Языку неудобно быть в таком положении, и мы возвращаем его на место. Он расслабился, отдыхает.

«Горка»

Удерживая кончик языка за нижними зубами, выгнуть его горкой. Неприятно так долго держать язык.

*Спинка языка у нас
Станет горочкой сейчас!
Я растаять ей велю —
Напряженья не люблю.
Язык на место возвращается
И чудесно расслабляется.*

Можно использовать и такую формулу:

*Напряженье улетело...
И расслаблено всё тело (2 фаза),
Будто мы лежим на травке,
На зелёной мягкой травке...
Греет солнышко сейчас...
Руки тёплые у нас...
Жарче солнышко сейчас...
Ноги тёплые у нас...
Дышится легко... ровно... глубоко...
Губы тёплые и вялые
И нисколько не усталые,
Губы чуть приоткрываются,
Всё чудесно расслабляется
(2 фаза),
И послушный наш язык
Быть расслабленным привык.
Нам понятно, что такое
Состояние покоя...*

«Волшебный сон»

Постепенно в описанный выше «Волшебный сон» можно вводить новые стихотворные формулы:

*Наши руки отдыхают...
Ноги тоже отдыхают...
Отдыхают... Засыпают (2 фаза)...
Напряженье улетело...
И расслаблено всё тело (2 фаза),
Губы не напряжены,
Приоткрыты и теплы (2 фаза),
И послушный наш язык
Быть расслабленным привык
(2 фаза).
Дышится легко... ровно... глубоко...*

Игры-занятия являются основной формой дефектологической работы, так как наиболее полно выражают непо-

средственное коррекционно-воспитательное воздействие учителя-дефектолога на заикающегося. **Используются следующие формы коррекционных занятий:**

- фронтальные занятия (7–8 человек в группе). Это занятия по основным направлениям коррекционного воздействия при заикании;

- индивидуальные занятия (проводятся также и микрогруппами с учётом выявленных при обследовании особенностей речевого и психомоторного развития, личности заикающегося ребёнка). Это могут быть занятия по коррекции звукопроизношения, психотерапевтические беседы и т.п.;

- закрепляющие занятия (занятия с воспитателем специальной группы или специального дошкольного учреждения). На них закрепляется материал, отработанный учителем-дефектологом.

Воспитание навыков плавной речи требует длительных и постоянных тренировок, не ограниченных рамками специальных занятий, а имеющих место в процессе ежедневного речевого общения ребёнка с окружающими. Специальные занятия должны проводиться на фоне правильного отношения окружающих к заикающемуся и системы его воспитания. И всё это должно сочетаться с необходимыми оздоровительными и лечебными мероприятиями.

К проведению специальных занятий с заикающимися детьми (по В.И. Селиверстову) предъявляются следующие требования:

1. Занятия-игры должны **отражать основные задачи коррекционно-воспитательного воздействия** на речь и личность заикающегося ребёнка.

2. Занятия-игры должны быть **построены с учётом основных дидактических принципов:**

- принцип систематичности и последовательности. Логическое расположение содержания занятий, сообщение определённых знаний и воспитание навыков правильной речи у заикающихся в строго систематическом и последовательном порядке, постепенно с учётом их речевых возможностей. Обучение от простого к сложному, от известного к неизвестному, от лёгкого к трудному, изучение нового на основе предшествующего материала;

- принцип сознательности и активности. Сознательное и целенаправленное преодоление заикающимися недостатков своей речи и поведения, осознание ими важной роли в устранении заикания систематических тренировок в правильной речи. Воспитание навыков самоконтроля и объективной самооценки, умение пользоваться логопедическими приёмами и знаниями в повседневной деятельности;

- принцип индивидуального подхода в условиях групповой работы с заикающимися. Тщательное динамическое изу-

чение каждого и выбор средств коррекционно-воспитательной работы в зависимости от его психических и речевых возможностей;

• *принцип наглядности и применения средств ТСО* (наглядные пособия, настольные игры, диафильмы, магнитофонные записи, компьютерные технологии, специфические ТСО и тд.).

3. Занятия, игры должны быть **согласованы с требованиями программ воспитания и обучения** детей дошкольного возраста. Связь речевых упражнений с общеобразовательными занятиями подготовит их к тому, как надо говорить правильно в разных условиях, облегчит им возможность постепенного переноса новых речевых навыков в свою деятельность.

4. В занятиях, играх для заикающихся детей должна быть предусмотрена необходимость **тренировки правильной речи и поведения в разнообразных условиях**: в кабинете учителя-дефектолога и вне его, в разных жизненных ситуациях, в присутствии знакомых и незнакомых людей и тд. С этой целью используются дидактические, подвижные, сюжетно-ролевые и творческие игры, экскурсии и тд.

5. На занятиях ребёнок **должен научиться всегда говорить без заикания**. На речевых занятиях он должен постоянно убеждаться в том, что может говорить хорошо. Нужно подбирать для него речевые упражнения так, чтобы они были доступны для свободного проговаривания. Для этого учителю-дефектологу необходимо очень хорошо знать речевые возможности ребёнка и в целом — систему

последовательного, постепенного усложнения занятий.

6. На занятиях с заикающимися постоянно **должны присутствовать образцы правильной речи**: самого учителя-дефектолога, успешно занимающихся детей, магнитофонные записи мастеров художественного слова, демонстрационные выступления ранее закончивших курс логопедических занятий и тд.

Качество формирования у заикающихся плавной речи во многом обуславливается формой построения логопедических занятий. Рассмотрим структуру и особенности содержания занятий с заикающимися детьми на разных этапах коррекционного воздействия.

Занятие состоит из следующих структурных частей: подготовительной, основной и заключительной.

Подготовительная часть содержит упражнения, включающие элементы организации детского коллектива, беседы психотерапевтического характера, речевые зарядки, повторение и закрепление пройденного на предыдущем занятии речевого материала.

Основная часть занятия содержит какой-то новый вид речевых упражнений или новые условия, в которых они проводятся.

В заключении занятия учитель-дефектолог даёт тренировочные упражнения для закрепления нового материала, а также подводит итоги работы детей на занятии, обращает внимание на их достижения и успехи, даёт советы и задания для закрепления этих достижений вне специальных занятий.

ПРИМЕРНАЯ СХЕМА ЗАНЯТИЯ С ЗАИКАЮЩИМИСЯ ДЕТЬМИ (РЕКОМЕНДАЦИИ)

I. Тема и цель занятия.

II. Оборудование (наглядно-иллюстративный, дидактический, раздаточный, речевой материал).

III. План.

1. Организационный момент.
2. Снятие мышечного и эмоционального напряжения. Расслабляющие упражнения.

3. Развитие фонационного (речевого) дыхания. Дыхательно-голосовые упражнения. Развитие интонационных характеристик речи (высота, громкость и тд.).

4. Работа над плавностью речи:
а) в элементарных её формах (упражнения на произнесение отдельных гласных звуков — 2-х, 3-х, 4-х, 5-и; фраз из одного слова; коротких предложений, длинных фраз с логической паузой);

б) в более сложных формах (чтение стихов и небольших прозаических текстов, пересказ, рассказ, диалог, монолог).

5. Развитие координации слова и ритмизованного движения. Логоритмические упражнения.

6. Упражнения, направленные на развитие речи в целом: фонетико-фонематической стороны, лексико-грамматического строя, связной речи (включаются в занятие для детей, имеющих наряду с заиканием нерезко выраженное общее недоразвитие речи).

7. Итог.

8. Домашнее задание (предложения для родителей).

IV. Ход занятия (описание инструкций учителя-дефектолога, основных приёмов, речевого материала).

V. Литература. (С.В. Леонова.)

(Продолжение следует.)