**Как родители могут помочь**

**своему ребёнку преодолеть заикание.**

Заикание относится к одному из самых распространённых расстройств речи. Заикание проявляется в нарушении ритма и плавности речи, которые возникают из-за различного рода прерывания, продлевания или повторения отдельных звуков и слогов. Такие задержки и повторения при произнесении слов возникают вследствие судорог мышц речевого аппарата, сопровождаются нарушением дыхания, изменениями в просодике высказывания: высоте и силе звука, темпе речи. Помимо этого, отмечаются приспособительные изменения позы, мимики, артикуляции.

Течение заикания бывает постоянным или волнообразным, но чаще всего запинки появляются в наиболее ответственных, «трудных» ситуациях: необходимость выступить перед аудиторией, ответить на уроке, экзамене, поговорить по телефону, ответить на неожиданный вопрос незнакомого человека или задать ему вопрос и многое другое.

Заикание в целом и его отдельные признаки отличаются непостоянством: они то усиливаются, то ослабевают на несколько дней, недель и даже месяцев.

Наиболее часто заикание возникает у детей в возрасте от 2 до 5 лет и совпадает с периодом активного развития фразовой речи. Нарушения в функционировании нервной системы маленького ребёнка могут вызвать «срыв» речи – заикание.

Эффективность коррекционных занятий с заикающимися детьми во многом определяется совместной работой медико-психолого-педагогического коллектива учреждения и родителей. Создание эмоционально-положительного контакта с логопедом, последовательное включение родителей в коррекционный процесс, развитие их умений самостоятельно использовать приёмы формирования плавности речи - основные компоненты работы.

**Памятка родителям заикающихся детей**

Правильная организация общего и речевого режима ребёнка дома – важнейшее условие преодоления заикания.

Рекомендации.

Необходимо нормализовать взаимоотношения семьи и заикающегося ребёнка, это достигается:

*- общей спокойной, доброжелательной обстановкой;*

*-отсутствием выяснений отношений между взрослыми, «взрослых» разговоров; ссор при ребёнке;*

*- последовательностью требований взрослых к ребёнку;*

*- учётом страхов ребёнка, его тревог.*

Заикающийся ребёнок не должен чувствовать себя ни ущербным, ни привилегированным. Родителям, в свою очередь, не нужно показывать своего волнения ребёнку, если он говорит с запинками, и стараться не произносить при ребёнке слово заикание.

Необходимо правильно организовать домашний режим, для этого нужно:

*- выделить специальное время на выполнение заданий логопеда;*

*- ежедневно гулять с ребёнком;*

*- ежедневно делать физическую зарядку;*

*-избегать перегрузки ребёнка впечатлениями от зрелищных мероприятий (избегать положительных и отрицательных эмоций);*

*-ограничить занятия такими видами спорта, которые связаны с большим физическим напряжением и носят соревновательный характер.*

Необходимо организовать специальный речевой режим, соблюдая следующие условия:

*- спокойная, неторопливая, выразительная речь родителей;*

*-обязательное дослушивание речи ребёнка до конца (при возникновении запинок);*

*- совместное произношение слов и фраз, отражённое произношение;*

*- выполнение движений с проговариванием слов, фраз (с мячом, прыжки и т.п.), оречевление движений в процессе выполнения какой-либо деятельности (например, при изодеятельности);*

*- как можно чаще заниматься пением;*

*- читать любой ритмизированный текст (стихотворения, считалки);*

*-выполнять дыхательные упражнения, которые ребёнок отрабатывает с логопедом (надувать шарики, дуть на воду, движущиеся предметы и т.п.);*

*-создание щадящего речевого режима в течение недели (особенно в период обострения);*

*-усвоение детьми речевых правил, которые также должны выполнять и взрослые.*

**Пятнадцать основных правил красивой речи**

**Правило 1**. При разговоре придай телу удобную и свободную позу (мышцы шеи и плеч не напряжены, плечи отведены назад и располагаются на одном уровне).

**Правило 2**. Во время речи держись естественно, смотри на собеседника.

**Правило 3**. Прежде чем начать говорить, подумай о том, что хочешь сказать.

**Правило 4.** Перед началом речи сделай вдох (при вдохе не поднимай плечи) и сразу начинай говорить на плавном выдохе, не торопясь, слитно.

**Правило 5.** Произноси гласные протяжно, чётко артикулируй их, делай на них голосовую опору.

**Правило 6.** Согласные произноси легко, свободно, не напрягаясь.

**Правило 7.** В каждом слове обязательно выделяй ударный гласный звук, произноси его громче и протяжнее остальных гласных.

**Правило 8.** Первое слово во фразе говори тихо, низким голосом, немного медленнее обычного.

**Правило 9.** Длинные предложения дели на смысловые отрезки. Все слова внутри отрезка и короткие предложения произноси слитно, как одно длинное слово.

**Правило 10.** Чётко выдерживай паузу в конце предложения и между его смысловыми отрезками.

**Правило 11.** Говори громко, чётко, выразительно. Избегай монотонности.

**Правило 12.** Выдерживай ровный, умеренный темп и ритм речи. Говори уверенно и спокойно.

**Правило 13.** При неудачах остановись, успокойся и продолжай говорить медленно, пока не почувствуешь уверенность в речи.

**Правило 14.** Постоянно контролируй себя: не делай лишних движений руками, ногами, головой, туловищем.

**Правило 15.** Не преодолевай напряжение дополнительным напряжением. При возникновении запинки не нужно ещё больше напрягать мускулатуру, так как это ведёт к увеличению длительности запинки и затрудняет процесс дальнейшего произношения.