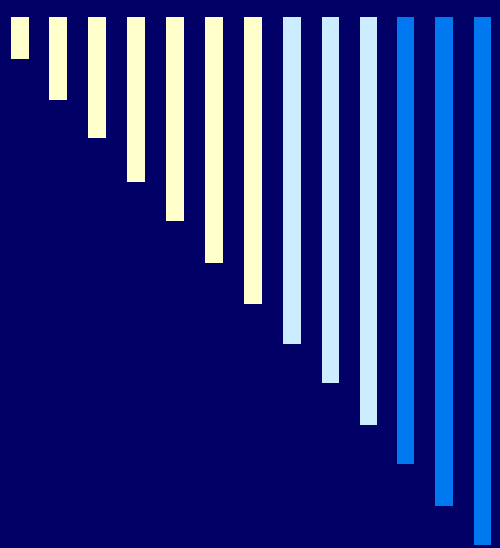


---



# Устранение заикания у младших школьников в игре



**Автор:**  
**Учитель-логопед**  
***Мартыненко Наталья Владимировна.***

# Что такое заикание?

**Заикание это нарушение темпа – ритмической организации речи, обусловленное судорожным состоянием мышц речевого аппарата.**




# Признаки заикания

*Наблюдая ребенка во время приступа заикания, можно видеть, как напрягаются мышцы его губ, языка, шеи. Напряжение возникает также в органах голосообразования и дыхания. Усиленные попытки ребенка преодолеть это состояние лишь приводит к напряжению новых групп мышц (всего лица, корпуса, рук, ног). Все это усугубляет заикание, так как напряженные мышцы «непослушны», плохо управляемы. Для того чтобы появилась возможность свободно и точно управлять ими (т. е. говорить без запинок), необходимо расслабить мышцы, снять их напряжение.*



# **Мышечная релаксация по контрасту с напряжением**

**Релаксация** означает снятие напряжения, т. е. расслабление. Мы знаем, что при заикании часто появляется сильное напряжение в органах речи. Дети не могут сами избавиться от этого напряжения, нервничают, и заикание усиливается. Чтобы дети могли свободно говорить, необходимо научить их преодолевать **мышечное** напряжение. Кроме того, часто возникает напряжение **эмоциональное**, когда ребенок чем-то сильно взволнован, возбужден или, наоборот, угнетен. Напряженное состояние его нервной системы тоже препятствует свободной речи. Упражнения по релаксации помогут создавать у детей спокойное настроение, расслабленное состояние мускулатуры, **что необходимо для исправления речи.**



Сначала вызывается расслабление рук, так как из своего жизненного опыта дети хорошо знают мышцы руки им легче ощущать это расслабление. Еще больше поможет сопоставление напряженности мышц рук с их расслаблением. На этом контрасте построено обучение расслаблению мышц рук, ног, затем туловища, шеи, мышц живота и речевого аппарата. Так воспитывается чувство мышцы, необходимое для целенаправленного расслабления.

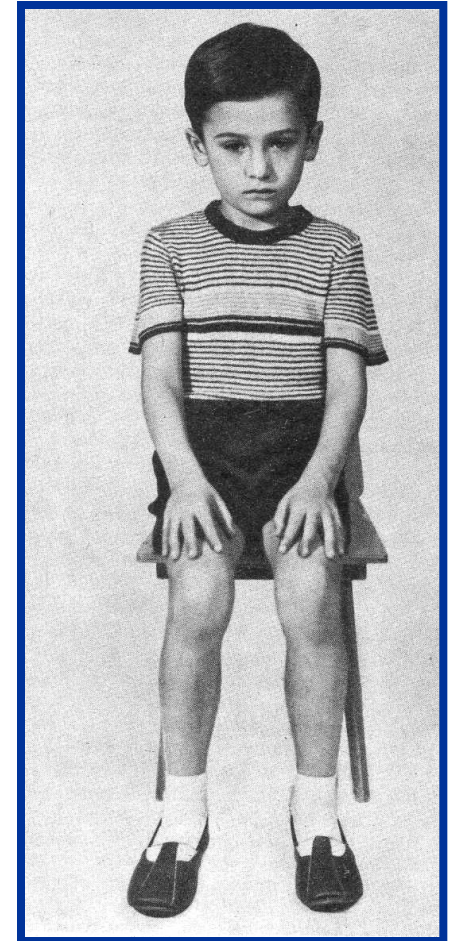
Многие дети легко возбудимы, двигательльно беспокойны. Их внимание истощимо. Чтобы учиться расслаблению, они должны уметь сосредоточивать внимание на предлагаемых упражнениях. Поэтому занятия по реалаксации всегда начинаются с формулы общего покоя, которая будет одинаковой на первых занятиях.


**Занятия в форме игры помогут добиться положительных результатов**

## *Формула общего покоя*

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

*Поза покоя*





***Уважаемые, родители,  
ВЫ получили  
необходимые знания по  
реалаксации. Теперь  
постарайтесь  
самостоятельно  
подобрать комплекс  
реалаксационных  
упражнений для  
Различных групп мышц.***



***Спасибо за внимание!***

