

# Практический материал

Одним из лучших средств  
преодоления заикания у  
дошкольников служит спокойная  
обстановка жизни ребенка.

**Здоровый режим дня и  
правильное отношение  
окружающих.**

# Режим дня

**Твердый режим дня** – непереносимое условие для нормализации у заикающегося ребенка высших отделов нервной системы.

- организм ребенка прежде всего отдыхает во время **глубокого и спокойного сна**. Сон действует как охранительное торможение коры головного мозга. Во время сна нервные клетки отдыхают от дневных впечатлений, особенно от отрицательных эмоций.
- **активный отдых**. Если переключение с одного вида деятельности на другой вызывает у ребенка интерес, то уже это переключение само по себе обеспечивает ему своеобразный отдых.
- **время и качество питания ребенка**. От питания зависит стойкость образующихся рефлексов.
- **закаливающие процедуры**. Ежедневные прогулки, игры на свежем воздухе, спортивные развлечения (санки, лыжи) успокаивают его нервную систему, создают эмоциональный подъем, бодрое настроение. Солнечные ванны усиливают и повышают обмен веществ. Водные процедуры: обтирание, обливание, душ, купание.
- **физические упражнения** укрепляют силу и моральный дух ребенка, развивают у него координированные и точные движения, помогают избавиться от скованности или, наоборот, от расторможенности движений.

# Утренняя зарядка поднимает у детей настроение, радость, улыбку и удовольствия будет вдвойне больше!

"Рельсы, рельсы. Шпалы, шпалы. Ехал поезд запоздалый"

Рельсы, рельсы,  
(вдоль позвоночника проводим две параллельные линии)  
Шпалы, шпалы.  
(вдоль позвоночника «рисует» поперечные линии)  
Ехал поезд запоздалый.  
(проводим ребром ладони по спинке)  
Из последнего окошка  
Вдруг посыпался горошек.  
(стучим по спине фалангами пальцев)  
Пришли куры, поклевали, поклевали, поклевали.  
(слегка постукиваем с помощью указательного пальца)  
Пришли гуси, пощипали, пощипали, пощипали.  
(двумя пальцами пощипываем спину)  
Пришёл дворник,  
(двумя пальцами «идем по спине»)



Все подмел.  
(Легкими касаниями пальцев погладим  
спинку вдоль и поперек)  
Прошёл слон.  
(«ставим следы» слона от нижней части  
спины к затылку, сильно нажимая тыльной  
стороной кулаков)  
Прошла слониха,  
(«ставим следы» тыльной стороной кулаков,  
со средним усилием нажатия)  
Прошёл маленький слонёнок.  
(«идём» двумя пальцами)  
Пришёл директор зоопарка,  
(«идём» по спине двумя пальцами)  
Всё расчистил.  
(гладим спину ладонями)  
Поставил стол,  
(слегка нажимаем кулаком на спину)  
Стул.  
(стул изображаем тремя пальцами,  
собранными в щепоть)  
Начал писать письмо:  
(«пишем» по спине пальцами)  
Посылаю жене, дочке,  
(«рисует каракули», водя пальцем по спине)



Заграничные чулочки  
(Продолжаем «писать» указательным  
пальцем на спине)  
Будет дочка их носить,  
И отца благодарить.  
Смял письмо,  
(ладонями двух рук помять спинку)  
Потом разгладил,  
(сильным надавливанием провести ладонями  
по спине от позвоночника к бокам)  
Поставил большую печать  
(слегка стукнуть кулаком по спине)  
И маленькую подпись.  
(указательным пальцем «чиркнуть» по  
спине)  
Запечатал письмо в конверт.  
(ладонями рук провести по спине с боков к  
центру)  
Опустил в почтовый ящик.  
(засунуть руку сверху за шиворот пижамы  
или майки)  
Письмо шло-шло-шло  
(Легкими круговыми движениями ладони  
одной руки провести от затылка к нижней  
части спины)  
И на место пришло.  
(Слегка шлепнуть по попе)





## Очень благотворно действуют, оттопыживание и откатывание ритма стихов

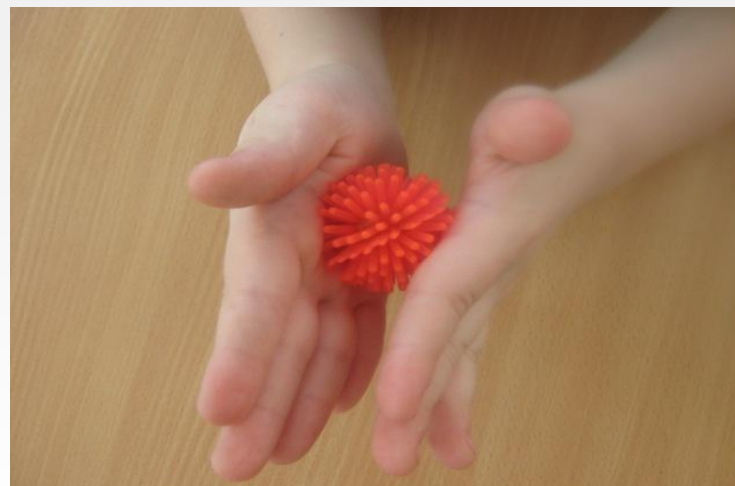
### "УПРАЖНЕНИЯ С ПРОБКАМИ"

*Идет бычок, качается,  
Вздыхает на ходу:  
- Ох, доска кончается,  
Сейчас я упаду!*



### «УПРАЖНЕНИЯ С МЯЧИКОМ-ЁЖИКОМ»

*Гладь мои ладошки ёж!  
Ты колючий, ну и что ж!  
Я хочу тебя погладить,  
Я хочу с тобой поладить!*





# Занятие по развитию речи, ритмизация движения, а также пальчиковая гимнастика

## «Капуст а»

Мы капустку рубим - рубим

Мы капустку солим-солим,

Мы капустку трём-трём,

Мы капустку жмём-жмём.



1. Прямыми ладонями, пальцы зафиксированы, имитируем движения топора, вверх, вниз - движения повторяющиеся, ритмичные;

2. поочередное поглаживание подушечек пальцев, пальцы собраны в щепоть - имитация соления;

3. потирание кулачка о кулачок - движения вертикальные, вверх - вниз;

4. энергично сжимаем пальцы в кулак, сжимаем и разжимаем - движения ритмичные, одновременные.



## Разучивание стихотворения

### Утро

Для чего мне просыпаться?  
Чтобы встретить новый день.  
Для чего мне умываться?  
Чтоб с лица смыть сон и лень.  
Зубки чистить для чего?  
Чтоб им быть белей всего.:  
Белей снега самого.

### Обед

Голод чувствую к обеду,  
Одержать могу победу  
Над котлетой и над супом.  
Я не буду такой глупой,  
Чтоб голодной оставаться,  
Голодайте сами, братцы!

### Завтрак

Для чего я завтрак ем?  
Чтобы быть большой совсем.  
Ем хлеб с маслом я и кашу.  
Обгоняю куклу Машу, куклу  
Дашу и всех – всех.  
А они, ну просто смех.  
Невозможные копуши!  
Не желают быстро кушать.

### Дневной сон

Сон дневной полезен очень,  
Дети в нем растут нет мочи!  
И умнеют на глазах,  
Просыпаются – и ах!  
Вспоминают все, что знают,  
И с охотой напевают,  
И стихи вовсю читают  
Или сказки вспоминают.

## Ужин

Вот и вечер. Вкусный  
ужин.  
Он для роста очень  
нужен.  
Нужен ужин для ума,  
Посуди. Дружок, сама:  
За день сил уходит  
много.  
Надо их вернуть  
немного.  
Вот для этого и ужин.  
Он приятен нам и  
нужен.

## Ночной сон.

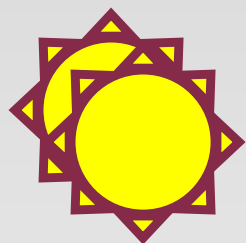
День окончен, спать пора.  
Вся на свете детвора  
Хочет ночью отдыхать,  
Крепко глазки закрывать  
И смотреть чудесный сон:  
Может быть, приснится слон,  
Очень добрый и большой.  
Может быть морской прибой.  
Пусть тебе приснится сон,  
Утром не забудь о нем!  
А сейчас - спокойной ночи,  
Мы тебя все любим очень.

## Общими правилами речевого поведения родителей являются следующие

- речь должна быть достаточно плавной, эмоционально-выразительной, умеренной по темпу;
- желательно, чтобы речь родителей была четкой;
- нельзя говорить с детьми их лепетным языком или искажать звукопроизношение;
- речь взрослых не должна быть перегружена труднопроизносимыми для детей словами;
- взрослые не должны включать в речь при общении с ребенком сложные лексико-грамматические обороты, фразы по конструкции должны быть достаточно простыми;
- при общении с ребенком следует задавать только конкретные вопросы, не торопить с ответом;
- ребенка нельзя наказывать за погрешности в речи, передразнивать его или раздраженно поправлять.

# Памятка для заикающихся

1. Сначала подумай, потом скажи.
2. Вдохни, затем начинай говорить плавно на выдохе.
3. Говори медленно, спокойно, выразительно, ритмично, слитно.
4. Говори смело! Во время разговора всегда смотри на собеседника.
5. Если затрудняешься сказать, сосчитай в уме до 5, а затем начинай говорить, соблюдая правила.
6. Следи за тем, чтобы во время разговора не было сильного напряжения мышц лица.
7. В свободное время напевай песенки.
8. Поменьше смотри телевизор: переутомление очень вредно для нервной системы.
9. Говори короткими фразами, выдержи паузы между предложениями.
10. Декламируй стихи, в узком кругу знакомых людей, или перед зеркалом.
11. Никогда не начинай говорить сразу после бега; отдышись, потом говори.
12. Вдохни и на одном выдохе считай до 5, 10, 12, называй дни недели, месяцы, годы.
13. Разговаривая, помогай себе движением пальцев руки.
14. Играй почаще в мяч, одновременно вслух считай удары.
15. Слушай спокойную музыку.



**Спасибо за внимание!**