

## Советы педагога-психолога

### Как научить ребенка говорить в 4 года?



Чем вы можете помочь —

- *Играйте в звуковые игры. Повторяйте слоги, которые произносит ребёнок. Сами произносите различные звуки и короткие слова, чтобы малыш мог вам подражать.*
- *Показывайте, как нужно говорить. «Работайте лицом» — важно, чтобы карапуз видел, как вы воспроизводите звуки. Есть и такой приём: когда что-то произносите, приложите детскую ладошку к своим губам, чтобы ребёнок почувствовал их движение.*

*Ребенок не говорит в 4 года — При отсутствии речи в этом возрасте и позже ребенок уже должен быть под наблюдением специалистов и вести с ними работу над запуском речи. ЗРР в 4 года еще не является грубой патологией, но уже требует систематических занятий с логопедом-дефектологом и нейропсихологом.*

*Почему ребенок не может говорить в 4 года?*

Причины отсутствия речи могут оказаться серьезнее — Еще одним важным моментом является тот факт, что неразвитая речь в возрасте 4–5 лет может быть проявлением определенных психологических или неврологических нарушений. Это уже повод не только чаще читать с ребенком книжки, но и пользоваться помощью квалифицированных специалистов.

1. Стресс. Сильное потрясение, пережитое ребенком, может полностью остановить развитие речи. Разговорить его сможет только специалист, причем очень высока опасность возникновения заикания на почве испуга.
2. Тяжелая психологическая атмосфера дома может также привести к задержке речи.
3. Задержка психомоторного и психического развития, соответственно, тормозит и формирование речевых навыков. Поэтому крайне важно наблюдать за ребенком, особенно, плохоговорящим.
4. Отдельным важным пунктом следует выделить неврологические причины как результат тяжелой беременности или сложных родов, травм головы или даже просто слишком частых падений ребенка. Специалисты на основе наблюдений пришли к выводу, что более чем в 50% случаев задержка формирования речи является следствием ММД (минимальной мозговой дисфункции).

## Когда нужно бить тревогу Если ребенок не говорит?

Многие родители не замечают, что их ребенок плохо говорит, так как просто не знают, как должна развиваться речь у детей определенного возраста. Ребенок разговаривает, общается, задает вопросы, но о том, КАК он произносит слова (переставляет слоги, заменяет звуки), родители часто не задумываются.

- Часто родители считают, что эти проблемы пройдут сами собой и их ребенок со временем догонит сверстников.
- Как правило, они ошибаются.
- Если ребенок в возрасте 3–4 лет говорит неправильно или вообще не говорит, то нужно бить тревогу.

- В возрасте от года до 5–6 лет у детей происходит становление звукопроизношения.

Сначала ребенок «коверкает» слова, искажает, но по мере овладения речевыми звуками произношение слов все более и более уточняется, постепенно приближается к норме. В первые годы жизни из-за «незрелости» речевых органов ребенок может правильно произносить лишь самые простые по артикуляции звуки: А, О, Э, М, Б, П.

Из них ребенок составляет первые слова: папа, мама, баба. Несколько позднее усваиваются другие звуки: И, Ы, У, Ф, В, Т, Г, К, Д, Н, Х, Й. Этими звуками ребенок овладевает в период от года до трех лет. Более сложные по артикуляции согласные звуки (С, З, Ц, Ш, Щ, Ж, Ч) появляются лишь в возрасте от 3 до 5 лет.

До этого они или полностью отсутствуют в речи детей, или заменяются более простыми звуками. Самые сложные звуки (Р, Л) появляются у большинства детей в период от 5 до 6 лет. Становление звукопроизношения в норме заканчивается к 5–6 годам. Следовательно, ни один нормально развивающийся ребенок не должен прийти в школу с дефектами в произношении звуков.

**Что давать ребенку для развития речи?**

Как же маме составить рацион питания ребенку, и какие продукты будут полезны такому малышу? Вот наши советы, которые пригодятся маме ребенка с ЗРР: 1. Необходимо насытить рацион продуктами, содержащими достаточное количество кальция (молоко, творог и другие кисломолочные продукты, рыба, зеленые овощи, орехи, семена).

Чтобы кальций усваивался лучше, необходимо достаточное поступление в организм витамина Д. 2. Обязательно вводите в рацион продукты, богатые калием: мясо, крупы, картофель «в мундире», пшеничные отруби, представители бобовых (фасоль, горох, чечевица, нут), морковь, тыква, свекла, огурцы, помидоры, капуста, зелень, яблоки, вишня, черная смородина, ежевика, виноград, сухофрукты, орехи. 3.

Вводите в рацион продукты, богатые фосфором. Источником фосфора являются: некоторые виды круп (гречневая, овсяная, пшено), рыба, молоко и кисломолочные продукты, яйца.4. Чтобы ребенок был спокоен, и состояние нервной системы способствовало развитию речи, важен спокойный сон, а для этого в организме малыша не должно быть дефицита магния.

Его содержат: мясо, молоко, гречка, отруби, пшено, бобовые, картофель, морковь, бананы, абрикосы, персики, клубника, ежевика, малина, орехи, кунжут. Препятствует усвоению магния повышенное употребление сахара.5. Не позволяйте ребенку есть пищу с искусственными ароматизаторами, красителями, консервантами, повышенным содержанием сахара и кофеина! Эти продукты будут возбуждать нервную систему, а это вредно для правильного развития речевой функции.6.

Обязательно соблюдайте правильное соотношение белков, жиров и углеводов.7. Не забудьте про витамины группы В. Именно эта группа витаминов отвечает за состояние нервной системы. Витамины группы В обязательно назначают детям с нарушением речевой функции. В каких же продуктах «водятся» эти витамины?

Витамин В1: гречневая и овсяная крупы. Витамин В3 (ниацин, витамин РР): мясо, молоко, семена подсолнечника, арахис, фасоль, горох, грибы, неочищенные зерновые культуры и каши из недробленых круп. Витамин В6: шпинат, проросшая пшеница. Витамин В9 (фолиевая кислота): печень, шпинат, грецкие орехи, ржаная мука. Витамин В12: кисломолочные продукты, яйца, зеленые части растений, салаты, зеленый лук, говяжья печень. Витамины группы В являются главными витаминами для профилактики и коррекции задержки речевого развития, алалии. Они участвуют в синтезе миелина, недостаток которого вызывает эти нарушения. Витамины группы В участвуют в синтезе нейромедиаторов, улучшают состояние клеток печени, нервных волокон.

Какие первые слова нужно учить ребенка?

(лепетный словарь детей) Первые слова все маленькие дети, и девочки, и мальчики, как правило, произносят к 1 году. Эти слова похожи у всех детей:

«мама», «баба», «на-на», «ам-ам». По своей слоговой структуре они напоминают лепет, и чаще всего в их основе лежит звукоподражание.

После произнесения нескольких первых слов в возрасте около 1 года дети «наращивают» свой активный словарь очень медленно. Существует период — обычно он длится примерно 6 месяцев после произнесения ребенком первых слов, — когда малыш медленно осваивает произношение незначительного числа самых важных для него слов. Смысл детского высказывания становится понятным взрослому человеку только из ситуации, в которой происходит общение с ребенком. Например, «ко-ко» может означать: курочка, любая птичка, яйцо, хочу яичко; «р-р-р» может обозначать: собака, тигр, лев, рычание, страшно, боюсь. К 1 году 6 месяцам многие дети говорят уже около 30—50 подобных слов, произнося их сравнительно разборчиво и употребляя как спонтанно, по собственной инициативе, так и в ответ на вопрос взрослого. Некоторые первые слова совсем не похожи на их «взрослые» аналоги, но мама хорошо понимает своего малыша («ки» — это любимая игрушечная киска, «атя» — конфета и т.д.).

Все дети, прежде чем начать разговаривать на общепринятом (и общепонятном) языке, проходят фазу лепетного языка.

Для развития активной (разговорной) речи продолжайте вводить в общение с ребенком облегченные (лепетные) слова (например «гу-ли», «ав-ав», «ку-ку» и т.п.), употребляя их с общепринятыми словами в качестве пояснения. Взрослый, проводя игру-занятие или просто общаясь с малюткой, говорит не торопясь. Необходимо продлевать во времени обращение к ребенку, делать паузы и, конечно, повторять сказанное 2–3 раза. Для малыша очень важно наглядное сопровождение (показ) всего того, о чем дитя слышит и с чем встречается в первый раз. Побуждайте малыша находить знакомые предметы по вашей просьбе, а незнакомые выделять из их числа. При этом незнакомый предмет (игрушка) должен быть один среди 3–4 знакомых, и, желательно, резко контрастировать с ними (например, три белых зайчика и одна черная собачка). В каждой игре и занятии повторяйте (закрепляйте) освоенные слова и включайте новые названия предметов и действий с ними. Объект сначала называем словом, и только после этого произносится звукоподражание,

восклицание, лепетное слово. Например, рассматривая с ребенком «самолет», следует говорить: «Это самолет. Самолет летит, самолет гудит «У-У-У»». Полезно предлагать ребенку не один вариант названия предмета, но и другие варианты, а также приводить словосочетания с этим словом. К примеру: «кот – котик». При названии действия, следует обязательно указывать, какой предмет производит действие (шарик лопнул – «Бах!», а не просто «Бах!»).

Звукоподражания занимают важное место в первых детских словах — это обязательный этап в речевом развитии ребенка.

**Подготовила: педагог-психолог Путинцева А.В.**