

# ШКОЛА МОЛОДОЙ МАМЫ



Где бесплатно оздоровиться во время беременности? Как подготовиться к успешным родам? Об этом и многом другом расскажет в нашем спецпроекте «Школа молодой мамы» корреспондент «Сегодня» **Елена Токарчук**. Прошлым летом она впервые стала мамой и готова поделиться своими открытиями и наблюдениями.



# РАСТИМ СОБЕСЕДНИКА

**Учим говорить** ■ Помогут «сорока-ворона» и мыльные пузыри

**ЕЛЕНА ТОКАРЧУК**

**Д**очке уже скоро полтора года. Пока что она болтает на своем — «марсианском», а мне уже не терпится услышать от нее «земной» язык. «Когда это произойдет, обусловлено генетически, но родители могут помочь сформировать пассивный словарь, а также подготовить артикуляционный аппарат к активной речи. Маме и папе по силам заинтересовать ребенка возможностью говорить, научить правильно дышать при произношении. Все это предупредит нарушения в развитии речи», — уверена логопед Екатерина Княгницкая. Эксперт рассказала, что нужно делать, чтобы разговорить ребенка.

**НАШ ЭКСПЕРТ**

**Екатерина Княгницкая,**  
логопед



**НАШ ЭКСПЕРТ**

**Анна Шевелева,**  
педиатр, автор блога  
«Мама-педиатр»



## 1 РАДИО «МАМА-FM»

С первых дней жизни постоянно разговаривайте с малышом. Описывайте свои действия, то, что находится вокруг. При этом не упрощайте речь: не называйте «шляпу» «шапкой». Описывая предметы, подбирайте к ним как минимум пять эпитетов. Например, вы подносите ребенка к стене, даете ее потрогать и рассказываете: «Стена твердая, холодная, шероховатая, беже-

## ДО ГОДА

- 1 МЕС.** — в конце месяца начинает гулить, выговаривая «а», «и», «э»
- 2 МЕС.** — часто, но понемногу гулит
- 3 МЕС.** — гулит часто и подолгу
- 4 МЕС.** — в гулении появляются согласные «м», «б»
- 5 МЕС.** — малыш складывает ритмичные цепочки из разных слогов
- 6–7 МЕС.** — произносит разные слоги, меняя силу звука и высоту тона
- 8 МЕС.** — ясно выговаривает «ба», «ма», «да»
- 9 МЕС.** — удваивает слоги
- 10 МЕС.** — говорит первые слова, которые понимает, вступает в диалог
- 11 МЕС.** — односложные слова вытесняются двусложными: «ляля», «цяця» и т. п.
- 12 МЕС.** — словарный запас 8–12 слов

\*Информация предоставлена Анной Шевелевой, педиатром, автором блога «Мама-педиатр»

вая, блестящая». Таким образом формируется богатый словарный запас. В моменты, когда малыш смотрит на вас, слова произносите так, чтобы ему было легче понять, как формируются звуки.

## 2 МОЯ ТВОЯ НЕ ПОНИМАЙ

Некоторые родители умеют понимать своих карапузов с «полувзгляда». При таком зашкаливающем уровне взаимности у малыша просто не возникает потребности говорить, поэтому он и в два года может молчать. Поэтому почаще притворяйтесь, что вы не понимаете, чего хочет ваш ребенок, задавайте ему уточняющие вопросы.

## 3 ВЕДЕМ БЕСЕДЫ

Обязательно реагируйте на любые попытки малыша «поговорить». Повторяйте за ним

## НОРМЫ РАЗВИТИЯ РЕЧИ\*



## 1–3 ГОДА

- 1–1,3 Г.** — говорит двойные или единичные слоги со смыслом. Может сказать осмысленные слова с двумя разными гласными
- 1,4–1,6 Г.** — называет предметы и действия в момент заинтересованности
- 1,7–1,9 Г.** — во время игры может предложением из 2-х слов назвать свое действие
- 1,10–2 Г.** — при общении со взрослыми может говорить предложениями из 3-х слов, используя существительные и местоимения
- 2–2,6 Г.** — говорит предложениями, в которых больше 3-х слов. Начинает использовать сложноподчиненные предложения
- 2,6–3 Г.** — начинает задавать вопросы «где?», «когда», «почему?», «куда?»  
Если ребенок отстает в развитии речи, его нужно показать неврологу и логопеду

звук. При этом два раза повторив «ба-ба», на третий добавляйте новый звук — «да-да».

## 4 МЕЛКАЯ МОТОРИКА

В головном мозге центры, отвечающие за речь и координацию пальцев рук, находятся рядом. Поэтому, занимаясь развитием мелкой моторики, вы развиваете и речь малыша. Делать это можно уже с его рождения. Для этого подойдет, к примеру, «сорока-ворона». При этом массировать каждый пальчик надо вначале сверху вниз, потом снизу вверх. Плюс надо раскрывать зажатую в кулачок ладошку младенца, нажав на точку в центре нее. После трех месяцев этот рефлекс исчезает, но ребенок уже может лежать на животике, держит головку. А это дает маме массу возможностей

для развития мелкой моторики. Например, можно насыпать в глубокую миску прокаленную манку, в которую можно «зарывать» кучу мелких интересностей. Доставая их, малыш и будет развивать мелкую моторику. Деток постарше можно задействовать уже на кухне: например, вместе с ними лепить вареники, украшать печенье и т. п.

## 5 ЗВУКОВЫЕ ВИКТОРИНЫ

Бывает, что ребенок, умея говорить звуки «с» и «ш» изолированно, вместо «шапка» говорит «сапка». Делает он это не специально. Зачастую подобные коверканья слов возникают из-за нарушения фонематического слуха. Чтобы предупредить это, с первых месяцев жизни давайте возможность малышу прислушиваться к разным звукам: как шур-

шит бумага, шелестят листья и т. д. Когда он подрастет, можно играть с ним в игру «Угадай, что звучало». Возьмите несколько коробочек, насыпьте в одну, например, рис, в другую — фасоль, в третью — пуговицы. Покажите содержимое ребенку, потрясите коробочками, пусть прислушается к звукам. А потом попросите его отвернуться и определить, какая коробочка «говорила».

## 5 ЗАРЯДКА ДЛЯ ЯЗЫКА

Еще одна распространенная причина нарушений развития речи у детей — гипертонус мышц языка или, наоборот, ослабленный мышечный тонус. Чтобы сделать язычок малыша в меру активным, нужно заниматься с ним артикуляционной гимнастикой, в которой будут предусмотрены упражнения как на напряжение мышц языка, так и на умение их расслаблять. Например, для укрепления подойдет упражнение «чистим зубки»: язычок поднимаем вверх и гладим кончиком верхние зубки внутри, потом снаружи, потом тоже самое делаем с нижними. Для расслабления — упражнение «язычок-матрасик». Открываем ротик, мягкий, расслабленный, широкий язычок кладем на нижние зубы и удерживаем 10–15 сек.

## 6 ИГРАЕМ В «ФУТБОЛ»

Для развития артикуляционного аппарата полезно надуть воздушные шарики и мыльные пузыри. Можно поиграть с малышом в такой «футбол»: из карандашей сделайте ворота, и пусть ребенок задувает в них «мячик» из ваты.

## 7 КОНЦЕРТЫ НА ДОМУ

Даже если в вашей семье медведь всем оттоптал уши, все равно пойте с малышом: это помогает формироваться правильному речевому дыханию. А чтобы темп речи был, как у диктора, включите в вашу концертную программу и стихи. Если увидите, что ребенок, рассказывая их, торопится, глотает слова, помогайте ему, ритмично прихлопывая.

Каждую **СРЕДУ** в газете  
**СЕГОДНЯ**

СПЕЦПРОЕКТ  
**«ТАК, ДА НЕ ТАК»**  
специального корреспондента О. Бузины



Среда  
+ Деньги  
+ Бизнес  
+ Бузина

Приложение  
**ТВОЕ «БИЗНЕС»**  
• как начать с нуля своё дело

Приложение  
**ТВОЕ «ДЕНЬГИ»**  
• обо всем, что может  
увеличить доход вашей семьи