

Консультация для родителей

«Навык жевание как активизация артикуляционной моторики»

Речь формируется в первые 3 года жизни ребенка, и она является важнейшей психической функцией, поэтому в это время необходимо создать максимально благоприятные условия для ее развития.

Если рассматривать речь с физиологической точки зрения, то она представляет собой сложный двигательный процесс, который образуется на основе движений речевой мускулатуры (включая дыхательные мышцы и мышцы гортани). Очень важную роль в развитии речевой функции у детей раннего возраста играет процесс жевания и глотания.

Если маленьким детям постоянно давать лишь жидкую или пюрированную пищу, это приведет к несформированности жевательных навыков и нарушению их развития:

- ухудшению состояния зубов;
- сбоем процессов пищеварения;
- нарушению формирования правильного прикуса.
- нарушению звукопроизношения.

Важно своевременно помочь ребенку выработать навыки жевания, которые в свою очередь будут способствовать развитию речевого аппарата и содействовать запуску речи, улучшению коммуникативной деятельности и гармоничному развитию ребенка в целом.

Важность навыка жевания.

Если ребенок не умеет жевать, он не получает многократной тренировки всех артикуляторных мышц. Соответственно снижается тонус артикуляционного аппарата, щеки толстые, припухшие, рот приоткрыт, язык может находиться на пороге нижней губы, может наблюдаться повышенная саливация (слюнотечение). Нарушение иннервации (подвижности) мышц речевого аппарата и низкий тонус мышц может привести к нарушению в органах артикуляции может привести к нарушению звукопроизношения. Приоткрытый рот формирует неправильное (ротовой) тип дыхания. Слабый короткий вдох при таком типе дыхания приводит к снижению кислородообменных процессов.

Условия формирования навыка жевания.

Для профилактики речевых нарушений важно обучать ребенка жеванию, уже в период введения прикорма в возрасте 4-5 месяцев (пища гомогенная, измельченная, но дается с ложечки, порционно) ребенок начинает осваивать жевательные движения, захватывая пищу языком и формировать пищевой комок. Для любого развития требуется проявить некое усилие, усложнение пищевых структур. Увеличение нагрузки

при жевании приводит к развитию мышечного тонуса. В звукопроизношении это проявляется в способности принять и удержать артикуляционную позу. Увеличение объёма движений мышц при глотании-жевании гомогенной пищи, жевание твердой пищи (кусочковой питание) формирует кинетическую составляющую речи, то есть переключение движений способности произносить не отдельные звуки, а слоги и многосложные слова.

- Первые жевательные движения ребенок делает взяв в руки игрушку, баранку или прорезыватель для зубов. Малыш кладет предмет в рот и пытается его жевать. Большинство родителей считает, что так малыш просто чешет набухшие десна, но на самом деле это еще и начало развития жевательного рефлекса.

- В 12 месяцев наряду с сосанием и глотанием ребенок пробует жевать небольшие кусочки твердой пищи. Если в этот период не помогать ребенку развивать жевательные навыки, а давать только жидкую, пюреобразную еду, то малыш быстро откажется от жевания.

- В двухлетнем возрасте ребёнок должен уже уметь активно пережевывать твердую пищу, и не страшно, если у него не всегда это будет получаться. Пережевывание пищи в 2 года у детей помогает развивать челюстные мышцы, нормальное слюноотделение. Без этого не будет осуществляться самопромывание ротовой полости и полноценное переваривание пищи.

В процесс жевания входят следующие компоненты:

Боковое движение языка. Размещение небольшого количества пюре по сторонам полости рта для его извлечения требует от языка бокового движения. Происходит латерализация языка, для этого движения ребенок должен уметь разъединять язык и небо. Нужно научить двигать языком из стороны в сторону и при этом не двигать челюстью. Эти движения могут включать в себя боковое движение языка внутри и снаружи рта. Развитию данных движений способствует слизывание еды из уголков рта или из задней части ложки, помещенной в уголок рта.

Растяжение язычной уздечки. Высунуть язык вперед, а потом дотронуться до неба, пытаясь растянуть уздечку.

Очень важно поработать над *укусом*, чтобы улучшить работу мышц, их силу и выносливость. Когда ребенок ест твердую пищу, например, яблоко, он кусает его 25-30 раз в одном и том же месте.

Формирование жевательного рефлекса.

Преодоление трудностей в процессе жевания.

Что же делать, если ребёнку пошел второй год или скоро уже исполнится 2 года, а у него все еще не сформировался жевательный рефлекс?

Помочь ему преодолеть эти трудности.

- Постоянно показывать личный пример — есть вместе с ребёнком и тщательно пережевывать еду. Можно превратить процесс приема пищи в интересную игру, в ходе которой мама или папа рассказывают крохе занимательные истории о кусочках еды.

- Привлекать малыша к приготовлению завтрака, обеда или ужина и рассказывать в процессе, что сито потерялось, а блендер сломался, поэтому еда сегодня будет измельчена вилкой и содержать твердые кусочки.

- Чаще приглашать на обеды/ужины семью друзей, в которой есть малыш, умеющий пережевывать твердую еду. Возможно, ваш ребёнок возьмет с него пример и обретет такой же навык.

- Активные движения языка вызываются пищевым подкреплением:

- 1) Середину губы смазываем сиропом шиповника. Слизывание стимулируют выдвигание языка вперед, вверх.

- 2) Уголки губ смазываем сиропом, тем самым стимулируем боковые движения языка. Эти приемы проводятся по 2-3 раза ежедневно перед кормлением.

- 3) Даем ребенку блюдце, по которому размазано мороженое (пюре). Предлагаем облизывать языком блюдце, тем самым стимулируем движения широкого языка.

- 4) На высунутый язык кладем сухарик, ребенок удерживает сухарик на счет 1,2,3, и съедает - стимулируем удержание языка снаружи.

Многому можно научить ребенка в процессе повседневного общения с ним в быту, во время режимных процессов (умывания, одевания и др.), а также на прогулках, в играх. Ребенок обучается таким произвольным движениям, как «поцелуй», «плюнь», «покашляй», «закрой глаза», «покажи язык», «улыбнись», «покажи зубы», «поцелкай языком», «закрой или открой рот». Упражнения проводятся ежедневно.

- *Чистка зубов:* Утром или вечером, когда чистите зубы, попросите малыша - Открой рот? Покажи зубы? Покажи язык?

- *Игра «Поцелуй маму»:* Устраивайте общие обнимашки: мама целует малыша, малыш в ответ целует маму. Вначале малыш может только прикасаться к щеке губами, затем научается воспроизводить звук чмоканья.

- *Игра «Плюнь»:* даёте ребенку зажать во рту пробку от бутылки, цилиндрическую фигурку. Чем младше ребенок, тем меньше пробка. Предложить ребенку нагнуться, а потом открыть рот шире, чтобы пробка упала на пол. Учим выталкивать пробку языком. Просто взяли пробку в рот и вытолкнули, улыбаемся малышу. Показали, спрятали, снова показали и т.п. предлагаем малышу повторять. Выдуваем пробку с выдохом воздуха, можно с громким звуком и плевком. Показываем личным примером или примером старших братьев или сестер.

Составитель: учитель-логопед МАДОУ ЦРР-детский сад Игошева Ю.В.

Источник: «Сборник практических рекомендаций для родителей детей раннего возраста по содействию развитию коммуникации детей раннего возраста при помощи навыков жевания». Государственное бюджетное образовательное учреждение Свердловской области «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Ресурс».