

Влияние употребления твёрдой пищи на развитие речи малыша

Казалось бы, в чем связь? Но на самом деле существует прямая зависимость развития речи от процессов жевания твёрдой пищи. К сожалению, следствием прогресса часто бывает регресс. Появление блендера облегчает жизнь маме, но замедляет развитие и подготовку артикуляционного аппарата малыша к появлению первых слов.

Следовательно, если кроха не научился жевать еду к 1 году, а к 3 годам у него не получается есть твёрдую пищу (не измельчённую блендером), это может привести к различным негативным последствиям:

- пища не насыщается слюной и не смешивается с ней, а значит, желудочный сок и пищеварительные ферменты вырабатываются плохо;
- мышцы языка не развиваются, что препятствует формированию правильного произношения звуков речи;
- зубы не испытывают нужной нагрузки, могут выпадать раньше времени, а также может сформироваться неправильный прикус.

Жевание твёрдой пищи является своего рода «тренажёром», который готовит речевой аппарат к овладению речью. В процессе жевания мышцы нижней челюсти, языка и щёк многократно тренируются и таким образом готовятся к процессу говорения.

Педиатры утверждают, что первые жевательные движения могут появиться у малыша приблизительно в 4-5 месяцев. В возрасте около 6 месяцев ребёнок готов к тому, чтобы учиться жевать.

Если в это время родители начинают прикармливать ребенка жидкими, затем полужидкими, густыми блюдами (каши, супы, пюре) – это правильно. Дело в том, что если родители этот рефлекс не будут стремиться подкреплять, то он может угаснуть.

Примерно в 7-12 месяцев у детей формируются навыки кусания и жевания, совершенствуются движения языка, а также развивается умение перемещать языком пищу к зубам.

Начиная с 8-месячного возраста, уже можно давать ребёнку специальное детское печенье, сухарик пшеничного хлеба или сушку, каши.

А вот если в возрасте старше года ребенок получает все ту же протертую пищу – это уже остановка в развитии мышц лица, языка, щек, шеи и других, принимающих активное участие в артикуляции и выражении мимических гримас.

В процессе откусывания пищи и её пережевывания участвует множество мышц, верхняя и нижняя челюсти, мимическая мускулатура, язык, мягкое небо, слюнные железы, слизистая оболочка полости рта.



Эти же органы участвуют в произнесении слов, фраз. Множественная смена поз, контроль за слюноотделением, делают речь активной, чистой по произношению.

Чем плотнее пища, тем большие усилия прикладываются для её откусывания и пережевывания.

Чем более хрупкая и «тающая во рту» пища, тем меньше мышц участвует в её обработке.

Давайте разберёмся, как научить ребёнка жевать, чтобы в дальнейшем не возникли проблемы с речью.



1. Можно пользоваться ниблером.

Это специальное приспособление для прикорма детей, в котором есть сеточка (немного напоминает соску). В сеточку кладут кусочки фруктов или овощей, и ребёнок их «жуёт». В процессе «жевания» малыш откусывает мелкие кусочки. Благодаря ниблеру, ребёнок не может подавиться. При этом тренируется жевательный навык.

Когда вы убедитесь, что у ребёнка хорошо получается жевать, можно будет предложить ему целый фрукт или овощ.

2. Предлагайте малышу чашку.

Попробуйте как можно раньше приучать ребёнка пить не с бутылочки, не с поильника, а с чашки, тогда ему придётся освоить новые необходимые движения губами и языком. Все эти движения будут способствовать развитию артикуляционного аппарата.

3. Переходите к менее измельчённой пище.

По мере взросления ребёнка вносите разнообразие в его рацион.

Постепенно переходите от еды, перемолотой блендером в кашу, к еде, размятой с помощью вилки. Измельчая еду, постепенно оставляйте в тарелке более крупные кусочки.

4. Демонстрирование собственного примера.

Пусть ребёнок видит, какую пищу ест вся семья, и в скором времени он тоже захочет есть за стол вместе со всеми.

Так вы сможете научить ребёнка жевать, что позволит избежать проблем с глотанием, а также будет способствовать развитию мышц артикуляционного аппарата.

Если вы заметили, что ребёнок долго не может научиться жевать, или у него проблемы с глотанием, то нужно проконсультироваться у невролога.

Использована информация с сайтов: <https://docviewer.yandex.ru/>
https://zen.yandex.ru/media/sovety_logopeda/tverdaia-pisca-i-rechevoi-apparat-5d0400c0af8bd4147ddca2e7

подготовила: учитель-логопед Домнина О.В.

