

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ
СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ
Государственное бюджетное образовательное учреждение Свердловской области
«Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Ресурс»
ул. Машинная, д. 31, г. Екатеринбург, 620142 тел./факс (343) 221-01-57
E-mail: info@center-resurs.ru



**Сборник практических рекомендаций для родителей детей раннего
возраста по содействию развитию коммуникации детей раннего возраста
при помощи навыков жевания**

Екатеринбург – 2022

Данный сборник предназначен для родителей, педагогов, воспитателей, логопедов, специалистов служб ранней помощи, работающих с детьми от 0 до 3 лет. В методических рекомендациях представлены игры и приемы, которые помогут выработать навыки жевания у детей раннего возраста, способствующих развитию речевого аппарата и содействующих запуску речи, улучшению коммуникативной деятельности и гармоничному развитию ребенка в целом.

В сборнике последовательно раскрыты закономерности в формировании артикуляционного праксиса в процессе жевания. Рекомендации содержат игровые и практические приёмы, которые можно использовать в разнообразных ежедневных жизненных ситуациях: во время умывания, кормления, прогулки и свободной деятельности малыша.

Составители: Саберлинова С.Б. учитель-логопед ГБОУ СО «ЦППМСР
«Ресурс».

Оглавление

Введение	4
1.Нормативы психомоторного развития доречевого периода детей	5
2.Навык жевание как активизация артикуляционной моторики	9
2.1. Важность навыка жевания	9
2.2. Причины отказа от пережевывания твердой пищи	10
3.Профилактика речевых нарушений	11
3.1. Условия формирования навыка жевания	11
3.2. Формирование жевательного рефлекса. Преодоление трудностей в процессе жевания	13
3.3. Приемы развития речевого дыхания.	17
Заключение	21
Список литературы	22

Введение

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. Речь – это основной способ коммуникации с другими людьми, поэтому если она будет нарушена, то ребенок не сможет вести полноценную жизнь.

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 пюреобразную 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.

1. Нормативы психомоторного развития доречевого периода детей.

Первый год жизни ребенка рассматривают как доречевой период. Он является подготовительным в развитии детской речи и разделяется на четыре этапа: 1 этап (0—3 месяца) характеризуется развитием эмоционально-выразительных реакций; 2 этап (3-6 месяцев) - время появления голосовых реакций, гуления, лепета; 3 этап (6-10 месяцев) - начало развития понимания речи, активного лепета; 4 этап (10—12 месяцев) — время появления первых слов

Начальным этапом доречевого развития считается рефлекторный крик ребенка, который к 2-3 месяцам жизни становится все более модулированным и отражает различные оттенки недовольства, являясь тем самым средством коммуникации с окружающими. До двух месяцев голосовые выражения дифференцируются благодаря разным интонациям голоса (крика, плача). После двух месяцев дифференцируются звуки в сочетании с выразительными мимическими движениями. Интонированный крик и модулированные звуки являются средством выражения состояния ребенка при крике. Ребенок слышит свой крик, импульсы достигают слухоречевых и речевых зон коры, а отсюда передаются на органы артикуляции, постепенно давая им толчок к развитию.

С.Д. Мелешко отмечает, что из звуков кряхтения, натуживания, стоны, хныкания уже на первой неделе можно выделить звуки: «кхе, гхх, аф, пм, пб» и др.

В 2—4 месяца у ребенка появляются короткие звуки — гуканье, а затем и гуление. Звуки не несут смыслового содержания, но имеют определенную интонацию, с их помощью ребенок привлекает внимание взрослого. Прежде всего дети усваивают и передают типы интонации, которые наиболее часто употребляются взрослыми. Звуки гуления становятся средством общения с взрослым в силу их интонационной выразительности, что становится возможным начиная с конца третьего месяца жизни, когда звуки гуления делаются достаточно отчетливыми по интонации.

Полноценное общение с ребенком в первые месяцы жизни стимулирует корковый и периферический отделы слухоречевого анализатора ребенка, а его ответные голосовые реакции, вызванные по подражанию, развивают речедвигательный анализатор.

Первые 4—5 месяцев жизни ребенка считаются периодом псевдоречевых звуков, нелокализованных и крайне неопределенных по артикуляции. Артикуляция, близкая к речевой, возникает случайно в соединении с неречевыми «шумами». Признаки локализованности звуков, активное включение языка и другие стороны артикулирования, способствующие звуковому оформлению голосовых реакций ребенка, наблюдаются в 4—5 месяцев жизни.

К шести месяцам поток «речи» распадается на отрезки, состоящие из нескольких слогов (период лепета), произношение которых характеризуется единством уклада артикуляционных органов и акцентом на первом слоге.

Наиболее интенсивный процесс накопления звуков лепета происходит в течение седьмого месяца, затем процесс накопления звуков замедляется и новых звуков появляется меньше. Процесс интенсивного накопления звуков в лепете совпадает с периодом миелинизации. С ее наступлением связан переход от генерализованных движений к более дифференцированным. От 7-8 месяцев до одного года артикуляция особенно не расширяется, но появляется понимание речи. Семантическую нагрузку в этот период получают не фонемы, а интонация, ритм, а затем общий контур слова. Длина цепочек лепетных слогов в возрасте 8 месяцев максимальна и составляет около 4-5 сегментов. Затем среднее количество сегментов цепи уменьшается до 2-5 (по данным С.М.Носикова), что соответствует среднему числу слогов в словоформах русской речи. Наиболее выделенный по своей длительности сегмент цепи характеризуется наиболее четкой структурой своих шумовых и вокальных компонентов. Краткие же сегменты характеризуются относительно стертой редуцированной звуковой структурой. Первоначальные лепетные цепи из стереотипных вокализаций («aaa» и т.п.) сменяются к 8-9 месяцам цепями из стереотипных сегментов с шумовым началом («тя-тя-тя» и т.д.), затем в 9-10 месяцев появляются цепи из

сегментов со стереотипным шумовым началом и меняющимся вокальным концом («те-тя-те»).

К 10 месяцам формируется более высокий уровень коммуникативно-познавательной активности. Все это стимулирует скачок в мотивационной сфере ребенка. Осуществляя эмоциональное взаимодействие с ребенком, мать систематически обращает свое внимание на различные объекты окружающей действительности и тем самым выделяет их голосом, своими эмоциями. Ребенок усваивает эти «эмоциональные метки» предметов вместе с соответствующими им звуковыми образами. Подражая матери и используя уже доступные ему цепочки лепетных сегментов, он воспроизводит первые лепетные слова, по форме все более приближающиеся к звуковой форме родного языка.

Примерно к 11 месяцам появляются цепи с меняющимся шумовым началом («ва-ля, ди-ка, дя-на, ба-на-па, э-ма-ва» и т.д) При этом какой –либо один слог выделяется длительностью, громкостью, высотой звука. Вероятнее всего так в доречевых средствах общения закладывается ударение. По мере развития лепета звуки начинают постепенно дифференцироваться и приближаться к звукам родного языка, появляются губно-губные, губно-зубные, альвеолярные, передне-, средне- и заднеязычные, фарингальные, носовые и ротовые, звонкие и глухие, смычные и щелевые, твердые и мягкие звуки. К концу первого года жизни ребенка появляются первые слова, в большинстве своем состоящие из парных одинаковых слогов: «баба, папа, мама, ляля», и др.

В результате исследований пришли к выводу, что при ведущей роли слухового анализатора для усвоения звучащей речи конкретная последовательность овладения произношением звуков определяется их артикуляционными способностями, закономерностями развития функции речедвигательного анализатора. Функция речедвигательного анализатора в своем развитии значительно отстает от слухоречевого анализатора. Ход усвоения звуков речи, подчиненный закономерностям развития речедвигательного анализатора, идет от грубых артикуляционных дифференцировок ко всем более тонким, а усвоение конкретного звука

происходит путем постепенного перехода от более легкого артикуляционного уклада к более сложному. В процессе развития речи происходит как бы повторение тех этапов образования артикуляционных дифференцировок, которые имели место в лепете. При переходе от лепета к речи заново происходит процесс формирования всей звуковой системы языка.

К концу первого года жизни у здорового ребенка появляются импрессивная и эксперссивная речь, развивается игровая деятельность, ребенок самостоятельно передвигается. На этом заканчивается доречевой период, дальше идет период совершенствования и развития всех сторон речи.

2. Навык жевание как активизация артикуляционной моторики.

Первые жевательные движения наблюдаются в 4-5 месяцев, исчезает рефлекс выталкивания пищи языком. Поддержать эти изменения помогает первая твердая пища – каши и овощное пюре (пальчиковое кормление). Важно не упустить правильный момент, когда навык жевания формируется проще всего. Ребенок готов к овощным и фруктовым, мясным пюре с мелкими кусочками.

В этот период формируется правильная работа органов артикуляции, так как 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.

Навыки кусания и жевания укрепляются, развиваются движения языка, ребенок осознано и уверенно перемещает пищу к зубам. Ближе к одному году кусочки пищи становятся крупнее.

2.1. 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 (слюноотечение). 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.

2.2. Причины отказа от пережевывания твердой пищи.

Причин, по которым дети раннего возраста отказываются либо не умеют пережевывать твердую пищу, несколько:

- Препятствование развитию жевательных навыков.

Многие мамы постоянно вынимают изо рта ребёнка игрушки, руки, прорезыватель для зубов, а также долго не вводят в рацион крохи твердую еду, боясь, что он может поперхнуться. Все это препятствует формированию навыков жевания у ребенка.

- Нежелание преодолевать трудности.

Нередко дети ленятся жевать твердую еду, а родители не хотят контролировать этот процесс, отмывать свое ребенка и место кормления после принятия пищи. Ребёнок рано начинает понимать, что, если он выплюнет твердые кусочки еды и немного покапризничает, мама сразу же даст ему пюре, а в этом случае жевать уже не придется.

- Проблемы физиологического характера.

Нередко попытки прожевать и проглотить твердую еду вызывают у детей болевые ощущения. В результате кроха начинает кашлять и выплевывать пищу. Причиной этому являются нарушение работы желудочно-кишечного тракта, болезни ротовой полости и гортани. В этом случае необходимо обратиться к врачу.

- Чрезмерная подвижность ребёнка.

Часто дети раннего возраста отказываются жевать твердую еду из-за повышенной нервной возбудимости. Им постоянно нужно чем-то заниматься, двигаться, а на пережевывание просто нет времени.

3.Профилактика речевых нарушений

3.1. 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, пюрированную 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.

Таким образом, развитие правильного глотания и жевания влияет на развитие речи и развитие психической активности ребенка.

Родители, обнаружившие, что ребенок отказывается (или не умеет) самостоятельно пережевывать твердую еду, должны помочь ему сформировать этот навык.

Приучать к употреблению пищи твердой консистенции постепенно, во время введения прикорма: в полгода добавлять в пюре по несколько мягких кусочков еды; в 8-9 месяцев не пюрировать пищу, а разминать вилкой, оставляя небольшие твердые кусочки и крупные мягкие; с года поочередно предлагать пюрированную и твердую еду.

- Давать ребенку продукты твердой или полутвердой консистенции, которые они любят. Например, натуральный мармелад, зефир, пастилу без сахара. Малышу будет нравиться подолгу держать их во рту и пытаться пережевать.

- Предлагать малышу небольшие порции еды, добавлять новое блюдо, только когда ребёнок все съест и только в том случае, если захочет еще.

- Не показывать свой страх того, что кроха может поперхнуться, не нервничать и не злиться. Зачастую именно эти факторы отбивают у ребенка раннего возраста желание пережевывать кусочки твердой пищи.

3.2. 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. Слизиывание 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.

5) Чтобы развивать силу и подъем языка можно прилепить на верхнее небо за передние зубы маленький кусочек шкурки от яблока или сливы. Пусть ребенок попытается отлепить его языком. Если вы сталкивались с подобной ситуацией в жизни, то знаете, что это бывает сделать достаточно трудно, поэтому не забудьте избавить ребенка от такого «тренажера» через некоторое время, чтобы это не раздражало его слишком долго.

- Часть обучения жеванию включает в себя стабилизацию челюсти и движение языка по двигательной схеме. Если у ребенка гипотония или низкий тонус, ребенку может быть труднее стабилизировать органы артикуляции и иметь силу для последовательного укуса. Можно добавить опору для челюсти или основу для стабилизации языка (давление под челюстью на язычную мышцу), чтобы помочь ребенку добиться сильного прикуса с меньшим утомлением. Нарращивание силы челюстных мышц с помощью упражнений требует времени.

Поэтому необходимо найти наилучший способ провести несколько коротких тренировочных сессий в течение дня, чтобы помочь ребенку выработать навык жевания. Первое время ребенок жует пищу с открытым ртом.

Некоторые дети начинают делать сосательные движение с закрытым ртом, обсасывают пищу языком и нёбом, но не жуют ее. Можно научить ребенка жевать пока во рту мало или нет зубов. Когда малыш учится жевать, он готовит челюстно-лицевой аппарат к жеванию более сложной твердой пищи. В это время мы обращаем внимание на работу органов артикуляции, на движение губ, щёк, языка.

В это время появляется лепет. Чем активней движения языка, разнообразнее лепет.

- Многочему 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», «пощелкай 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 прикоснуться 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.



3.3. Приемы развития речевого дыхания.

Речевое дыхание - основа звучащей речи, источник образования звуков, голоса. Оно обеспечивает нормальное голосообразование, правильное усвоение звуков, способно изменить силу их звучания, помогает верно, соблюдать паузы, сохранять плавность речи, менять громкость, использовать речевую мелодику. Правильное использование дыхания в речи заключается, во-первых, в экономном и равномерном расходовании воздуха, во-вторых, в своевременном и незаметном наполнении запаса его (в паузах).

В нормальной речи плавность органически сочетается с паузами, которые являются необходимым компонентом речевого высказывания.

Для развития правильного длительного выдоха мы можем использовать игры во время ежедневных жизненных ситуаций.

Купание

Во время купания дуем на пену в ванной. Берём пену в ладошки и сдуваем.



Игра «Сдуй снежинку»

На прогулке зимой можно сдувать снежинки с варежки (перчаток). Следите за тем, чтобы руки ребенка были раскрыты, чтобы снежинки сдувались от легкого дуновения. Можно даже слегка наклонить ладошки вниз, чтобы снежинки почти падали с руки.



Игра « Парашютик, лети!»

На прогулке весной можно дуть на одуванчик. Выбирайте одуванчик, который может сам разлететься от ветра.



Игра « Лети перышко!»

Можно предложить ребенку сдувать с ладони легкие цветные перышки, ватку, бумажную снежинку.



Игра «Вертолётик»

Дуть на вертушку, которая будет вращаться от легкого дуновения. Малыш с удовольствием делает то, что делать легко и весело.



Дуть в дудочку.

Дудочка выбираем такую, которая звучит при легком дуновении. Если вы дунете в дудочку на расстоянии 5-10см и услышите звук, то это дудочка подойдет для малыша. Если ребенок вдохнул-выдохнул и услышал звук, то он будет с удовольствием играть с этим инструментом. Когда малыш научится дуть правильно, можно предложить другие дудочки.



Игра « Пузыри»

Выдуваем мыльные пузыри. Мыльные пузыри предлагаем только после того, как ребенок научится тянуть губы и дуть. Можно дуть по очереди.



Заключение

Речь, с физиологической точки зрения, 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 ребенок умеет жевать, он получает многократную тренировку всех артикуляторных мышц. Соответственно нормализуется тонус артикуляционного аппарата, что ведет к формированию своевременного звукопроизношения, правильного речевого дыхания и овладению речью, тем самым содействует гармоничному развитию навыков коммуникации детей раннего возраста.

Список литературы

- 1.Архипова Е.Ф. Логопедическая работа с детьми раннего возврата. - М.,2002.
- 2.Приходько О.Г. Воспитание и обучение детей раннего и дошкольного возраста с нарушениями опорно-двигательного аппарата/Специальная дошкольная педагогика//Под ред. Е.Л. Стребелевой. - М., 2001
- 3.Коррекционная помощь детям раннего возраста с органическим поражением ЦНС в группах кратковременного пребывания. Метод. пособие/ Под ред. Е.А Стребелевой. – М., 2003
- 4.Козлова Е.В. Стимуляция и коррекция психомоторного развития детей первого-второго года жизни. – М., 2003
- 5.Рекомендации по развитию орально-моторных навыков и навыков артикуляции. Методическое пособие/ Сайт ИРАВ, раздел электронный журнал.
- 6.Стребелева Е.А., Браткова М.В. Варианты индивидуальных программ воспитания и коррекционно-развивающего обучения ребенка раннего возраста с психофизическими нарушениями //Дефектология, 2000. №5; 2001№1.