

Консультация для родителей

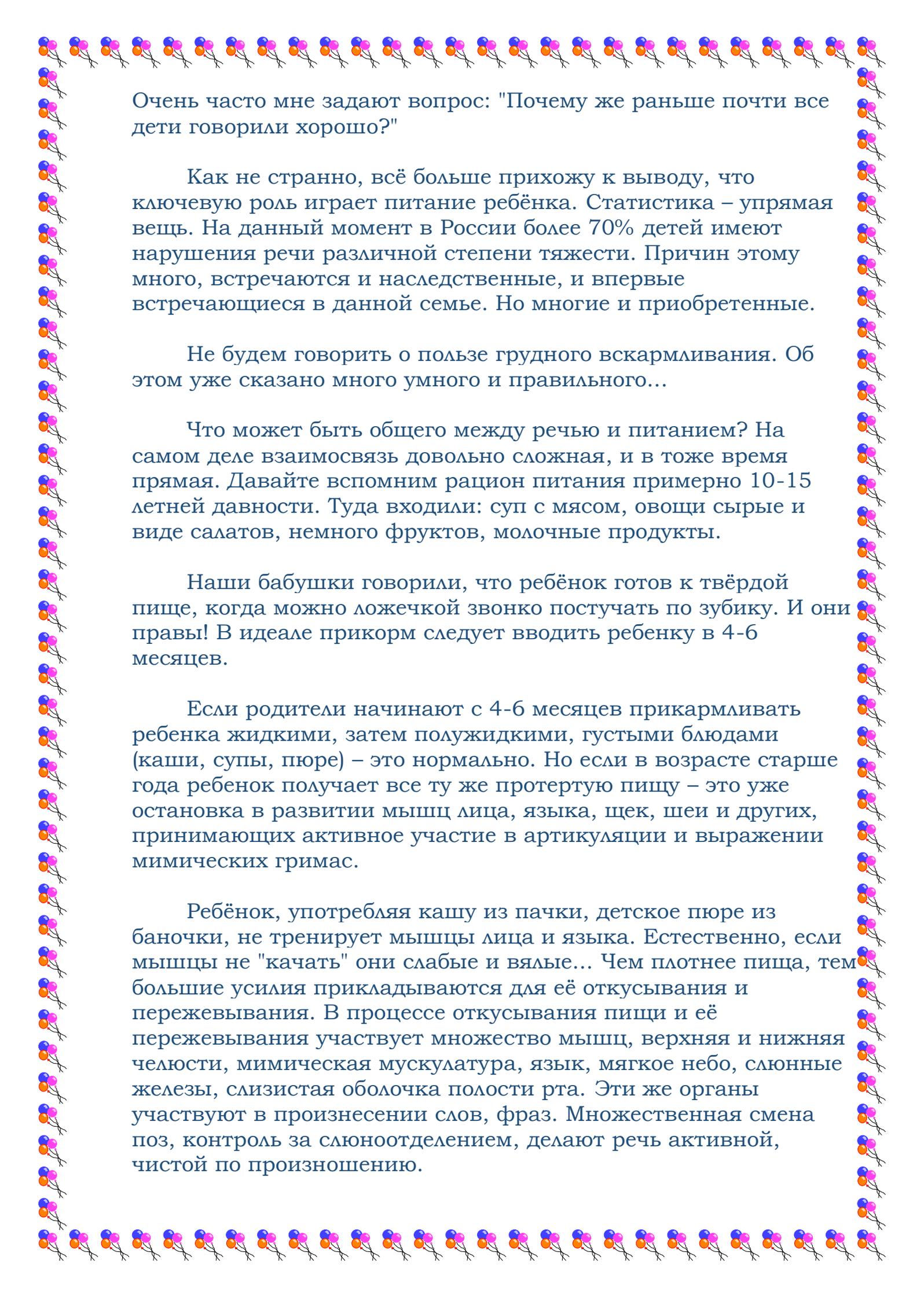
«НЕ ВСЕ КАШИ ОДИНАКОВО ПОЛЕЗНЫ...»

Подготовила:

Учитель – логопед

Кузнецова Ю.А.





Очень часто мне задают вопрос: "Почему же раньше почти все дети говорили хорошо?"

Как не странно, всё больше прихожу к выводу, что ключевую роль играет питание ребёнка. Статистика – упрямая вещь. На данный момент в России более 70% детей имеют нарушения речи различной степени тяжести. Причин этому много, встречаются и наследственные, и впервые встречающиеся в данной семье. Но многие и приобретенные.

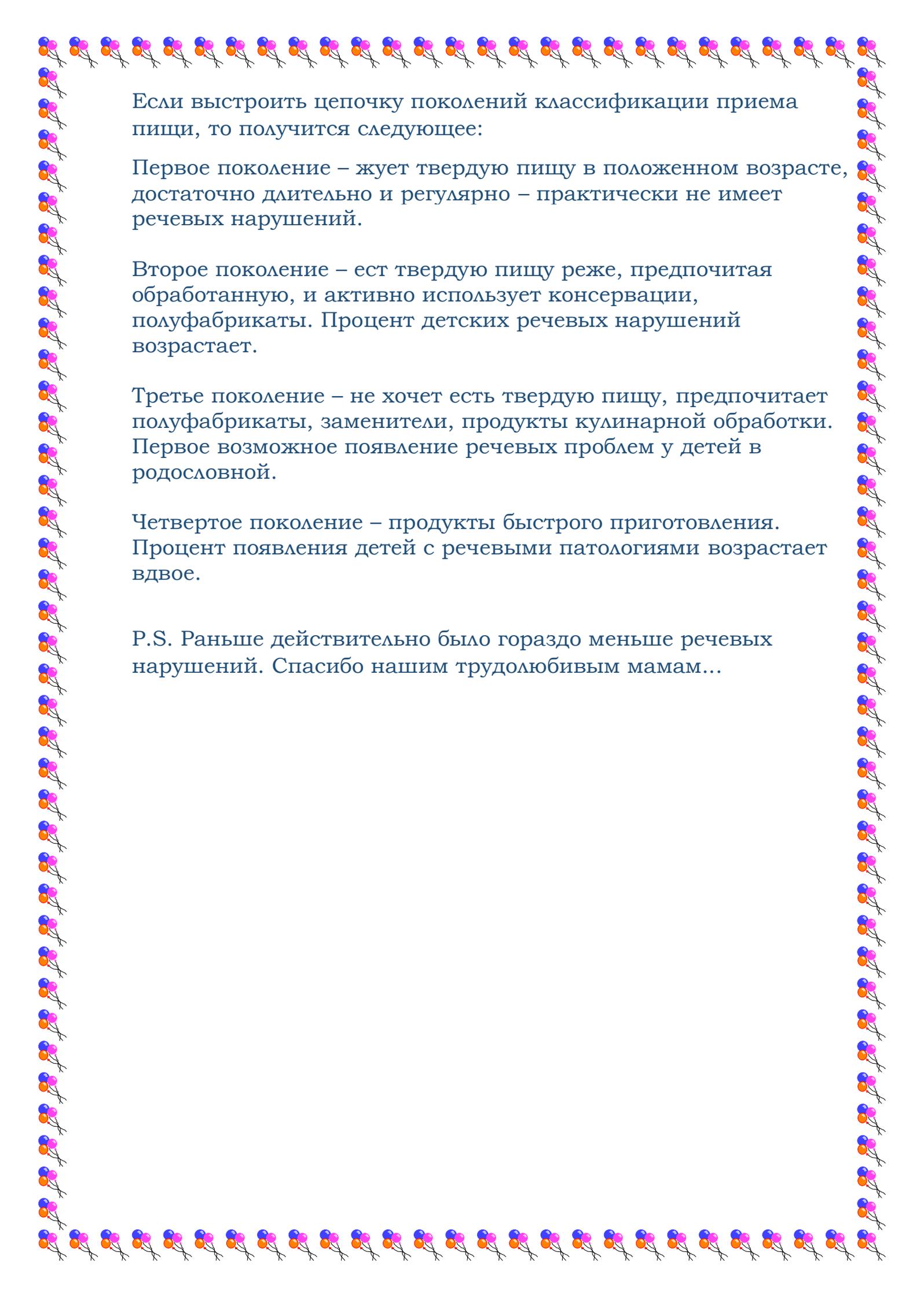
Не будем говорить о пользе грудного вскармливания. Об этом уже сказано много умного и правильного...

Что может быть общего между речью и питанием? На самом деле взаимосвязь довольно сложная, и в тоже время прямая. Давайте вспомним рацион питания примерно 10-15 летней давности. Туда входили: суп с мясом, овощи сырые и в виде салатов, немного фруктов, молочные продукты.

Наши бабушки говорили, что ребёнок готов к твёрдой пище, когда можно ложечкой звонко постучать по зубику. И они правы! В идеале прикорм следует вводить ребенку в 4-6 месяцев.

Если родители начинают с 4-6 месяцев прикармливать ребенка жидкими, затем полужидкими, густыми блюдами (каши, супы, пюре) – это нормально. Но 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.

Ребёнок, употребляя кашу из пачки, детское пюре из баночки, не тренирует мышцы лица и языка. Естественно, если мышцы не "качать" они слабые и вялые... Чем плотнее пища, тем большие усилия прикладываются для её откусывания и пережевывания. 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.



Если выстроить цепочку поколений классификации приема пищи, то получится следующее:

Первое поколение – жует твердую пищу в положенном возрасте, достаточно длительно и регулярно – практически не имеет речевых нарушений.

Второе поколение – ест твердую пищу реже, предпочитая обработанную, и активно использует консервации, полуфабрикаты. Процент детских речевых нарушений возрастает.

Третье поколение – не хочет есть твердую пищу, предпочитает полуфабрикаты, заменители, продукты кулинарной обработки. Первое возможное появление речевых проблем у детей в родословной.

Четвертое поколение – продукты быстрого приготовления. Процент появления детей с речевыми патологиями возрастает вдвое.

P.S. Раньше действительно было гораздо меньше речевых нарушений. Спасибо нашим трудолюбивым мамам...