

LOGOPEDA

LOGOPEDA

godziny pracy:

poniedziałek 8 00 - 15 00

wtorek 12 00 - 15 00

piątek 8 00 - 15 00

Informacja dla Rodziców

Podczas zajęć logopedycznych dzieci będą wykonywać wybrane ćwiczenia z wykorzystaniem słuchawek **Forbrain**.

Jest to specjalistyczne urządzenie, które uwydatnia dźwięki mowy, wspiera rozwój świadomości słuchowej oraz pomaga w poprawie artykulacji i płynności wypowiedzi.

Słuchawki Forbrain są **bezpieczne dla dzieci** i stosowane wyłącznie w ramach prowadzonych ćwiczeń pod nadzorem logopedy.

Więcej informacji o urządzeniu można znaleźć na stronie:

<https://www.forbrain.com/pl/>

W razie pytań zapraszam do kontaktu z logopedą.

Dlaczego dziecko śpi z otwartą buzią?

- najczęstsze przyczyny:

1. Niedrożny nos

- katar, alergia lub częste infekcje
- przerost migdałka gardłowego (tzw. trzeci migdał)
- skrzywiona przegroda nosa

dziecko oddycha ustami, bo przez nos po prostu się nie da

2. Alergiczny nieżyt nosa

- przewlekłe „zatkanie” nosa
 - kichanie, wodnisty katar, pocieranie nosa
- oddychanie przez usta staje się nawykiem

3. Przerost migdałków

- chrapanie
- niespokojny sen
- oddychanie przez usta także w dzień

4. Nawyki i napięcie mięśniowe

- długotrwałe korzystanie ze smoczka
- nieprawidłowa pozycja języka i warg

Dziecko śpi z otwartą buzią - jakie mogą być skutki:

jeśli w/w problem utrzymuje się długo, mogą pojawić się:

1. Zmiany w zgryzie i twarzy

- wydłużona twarz
- cofnięta żuchwa
- skrzywienie zębów

2 Problemy ze snem

- chrapanie
- częste wybudzenia
- bezdech senny

w konsekwencji dziecko może być zmęczone, rozdrażnione, mieć problemy z koncentracją

3. Gorsze dotlenienie

- niekorzystnie wpływa na rozwój poznawczy
- utrudnia skupianie się i naukę

4. Częstsze infekcje

- powietrze nie jest filtrowane przez nos
- suchość w jamie ustnej

Dziecko śpi z otwartą buzią - co może zrobić rodzic:

1. Obserwuj dziecko - zwróć uwagę:

- czy dziecko oddycha ustami także w dzień?
- czy chrapie?
- czy ma często zatknięty nos?

2. Wizyta u specjalisty

najlepiej zacząć od:

- pediatry
- laryngologa

w razie potrzeby także:

- alergolog
- ortodonta
- logopeda

3. Leczenie przyczyny w zależności od diagnozy:

- leczenie alergii
- udrożnienie nosa (wg zaleceń lekarza, np. inhalacje, płukanie nosa solą fizjologiczną)
- w niektórych przypadkach zabieg usunięcia przerosniętego migdałka

4. Nauka prawidłowego oddychania

- ćwiczenia zamykania ust i oddychania przez nos (wykonuje się, gdy nos jest drożny) wg instruktażu udzielonego przez logopedę
- praca nad pozycją języka (u logopedy)

5. Higiena snu

- odpowiednia wilgotność powietrza
- unikanie przegrzewania pokoju
- oczyszczanie nosa przed snem

Gryzienie twardych pokarmów

- mała czynność, wielkie znaczenie!

Dlaczego to takie ważne ?

1. gryzienie wzmacnia mięśnie:

żwacze (grupa mięśni żucia), policzkowe i języka to mięśnie potrzebne do wyraźnej artykulacji dźwięków

2. twarde pokarmy pobudzają prawidłową pracę języka, uczą go odpowiedniego zakresu ruchu i stabilizacji

3. to naturalny trening dla całego aparatu mowy

- im mocniejsze i sprawniejsze mięśnie, tym łatwiej dziecku mówić

4. jedzenie twardych pokarmów sprzyja prawidłowemu kształtowaniu się twarzoczaszki, w tym prawidłowego zgryzu produkty, które dziecko powinno gryźć:

- jabłko
- marchewka
- skórki od chleba

ROZWÓJ MOWY DZIECKA

dziecka 3- 4-letniego

wymawia wszystkie samogłoski ustne i nosowe:

a, o, u, e, i, y, ą, ę

wymawia spółgłoski:

p, b, m, f, w, k, g, h, t, d, n, j, l, ł, ś, ź, ć, dź

zaczynają pojawiać się głoski: **s, z, c, dz**

- głoska [r] jest zastępowana przez [j] lub [l]

- głoski [sz, ź, cz, dź] są zastępowane głoskami [ś, ź, ć, dź] lub [s, z, c, dz]

- operuje słownictwem opisującym znane mu otoczenie

- może przestawiać kolejność głosek lub sylab w wyrazach, ale robi to coraz rzadziej

- zaczyna samo poprawiać błędy w swojej wypowiedzi

- rozumie bardziej złożone polecenia słowne

- buduje kilkuwyrazowe zdania

- żywa zdań oznajmujących, pytających oraz rozkazujących z właściwą intonacją

- używa czasowników, rzeczowników, przymiotników, przysłówków i zaimków, chociaż może je jeszcze niewłaściwie odmieniać

- coraz poprawniej stosuje formy gramatyczne w swoich wypowiedziach

- opowiada, co aktualnie widzi

-mówi do siebie, głośno myśli

- zaczyna rozumieć zależności czasowe

DLACZEGO WARTO NAUCZYĆ DZIECKO SAMODZIELNEGO CZYSZCZENIA NOSA?

Dmuchanie nosa jest bardzo ważne, ponieważ:

- pozwala oczyszczać drogi oddechowe i pomaga utrzymać dobry stan zdrowia,
- zapobiega infekcjom dróg oddechowych,
- jest niezbędne w profilaktyce infekcji ucha, w tym ostrego i wysiękowego zapalenia ucha środkowego.

Jeśli dziecko nauczy się prawidłowo dmuchać nos, będzie mogło samodzielnie - w razie potrzeby - skutecznie oczyścić drogi oddechowe.

WARTO PAMIĘTAĆ: WYCIERANIE NOSA NIE JEST RÓWNOZNACZNE Z JEGO CZYSZCZENIEM.

Propozycje ćwiczeń wspierających naukę prawidłowego czyszczenia nosa znajdują się w załączonym pliku.