Носики-курносики сопят,

или ещё раз о дыхании

Диваева Ирина Владимировна, учитель-логопед

Наверное, не многие нынешние молодые мамы помнят песню «Носики-курносики сопят», которую проникновенно исполняет Валентина Толкунова. Слушая песню, представляется идиллия: спят малыши в уютных постельках, сопят носики, мамы любуются своими чадами.

И только логопеды «не дремлют», а опять и опять призывают мам ответственно взглянуть на своих малышей. И, если у них действительно сопят носики, нужно решать эту проблему, пока она не стала серьёзным препятствием для развития ребёнка.

Ребёнок не должен дышать ртом, носики не должны сопеть - дыхание должно быть бесшумным, спокойным, носовым.

Почему логопеда очень волнует, как дышит ребёнок? И почему это должно волновать родителей?

Дыхание – это энергетическая основа звучащей речи. От развития речевого дыхания во многом зависит то, как будет говорить ребенок: правильность его звукопроизношения, способность поддерживать плавность, нормальную громкость и интонационную выразительность речи.

Звуки – это не что иное, как результат движения струи воздуха, которую выдыхают наши легкие. И от того, насколько правильно производится вдох и выдох, зависит качество нашей речи.

Отсутствие носового дыхания приводит к недостаточному поступлению кислорода в организм ребёнка, к кислородному голоданию организма и головного мозга, в частности. Усвоение кислорода снижается до 20 процентов. Отсюда усталость, вялость, сниженная познавательная активность, дефицит внимания, и, как следствие, – недостаточное усвоение знаний в любом возрасте. Родителям может казаться, что ребёнок просто ленив, или устал, погода влияет, и т.п., но это не так: просто у малыша не хватает достаточно сил для деятельности.

Родителям необходимо выяснить, почему их малыш дышит ртом, а не носом. Эти проблемы могут оказаться гораздо серьёзнее, чем многие себе представляют. Причинами ротового дыхания могут являться:

- Слабость жевательной мышцы
- Аденоиды
- Неправильный прикус
- Вредная привычка (длительное сосание соски, сосание пальца)
- Кормление протёртой пищей
- Дизартрический компонент
- Закрепившийся сосательный рефлекс

Возможно, родители не задумываются, к чему приводит привычное ротовое дыхание, то есть ротовое дыхание, ставшее привычным в силу вышеперечисленных обстоятельств. Ротовое дыхание становится причиной

- снижения местного иммунитета;
- нарушения прикуса и раннего кариеса зубов;
- деформации прикуса и лицевого скелета,
- энуреза, дневной гиперсомнии;
- нарушения осанки и плоскостопия;
- изменения вектора роста костных структур;
- нарушения развития внимания, памяти, навыков чтения и письма.

Так что, нарушения произношения звуков отходят, в данном случае, на задний план – на переднем плане - более серьёзные проблемы.

Вот почему логопеда так беспокоят «носики-курносики» его воспитанников. Вот почему упражнения, направленные на развитие речевого дыхания, присутствуют практически во всех логопедических занятиях. Объясняется это тем, что умение контролировать процесс вдоха и выдоха во время проговаривания слов является очень важным навыком. Уделяя должное внимание постановке правильного речевого дыхания в дошкольный период, можно избежать многих речевых нарушений.

Именно по этой причине логопед настоятельно рекомендует прислушиваться: как дышит ваш ребёнок? Необходимо относиться к проблеме ротового дыхания ответственно. Возвращаясь к причинам ротового дыхания, необходимо определить и направление действий: правильное воспитание, кормление или обращение к медицине. Скорее всего, это комплексная проблема, которую необходимо решать совместно.

Решая проблему дыхания, вы не только помогаете логопеду в его работе, но, прежде всего, помогаете своему малышу расти здоровым, активным, умным и жизнерадостным.

Успехов вам!