

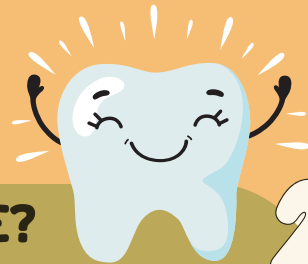
CO ZĘBY MAJĄ DO GADANIA?

DIETA, ZGRYZ I ROZWÓJ MOWY

1 DLACZEGO ZĘBY SĄ WAŻNE W MÓWIENIU?

Zęby to nie tylko estetyka – to „punkt oparcia” dla języka, warg i policzków. Nieprawidłowy zgryz, próchnica czy brak zębów mlecznych może:

- ◆ zaburzać artykulację głosek
- ◆ powodować seplenienie międzyzębowe
- ◆ wpływać na rozwój zgryzu i napięcia mięśni twarzy



2 CO MA DO TEGO JEDZENIE?

Dieta dziecka wpływa na:

- ✓ rozwój szczęki i żuchwy
- ✓ napięcie mięśni warg, policzków i języka
- ✓ jakość zgryzu i stan uzębienia

Dzieci, które długo jedzą papki, piją z butelki lub nie gryzą twardych produktów (np. jabłek, marchewek), mają większe ryzyko:

- słabego napięcia mięśniowego
- wady zgryzu
- opóźnień artykulacyjnych

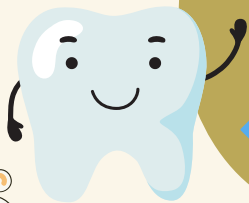
3 CUKIER A MOWA?

Częste jedzenie słodczy i picie słodkich napojów:

- ✗ niszczy zęby
- ✗ sprzyja próchnicy
- ✗ może prowadzić do bólu, a przez to unikania gryzienia i mówienia

4 CO MOŻE ZAUWAŻYĆ NAUCZYCIEL?

- ◆ Dziecko mówi z językiem „między zębami”
- ◆ Ma trudności z gryzieniem twardych produktów (np. skórki chleba)
- ◆ Mówi niewyraźnie, sepleni
- ◆ Wygląda, jakby miało stale napięte lub przeciwnie – wiotkie mięśnie twarzy



5 CO MOŻESZ ZROBIĆ JAKO RODZIC?

- Zachęcaj do gryzienia twardych produktów od 1. roku życia
- Unikaj przedłużonego karmienia papkami i butelką
- Ogranicz słodczy i słodkie napoje
- Dbaj o higienę jamy ustnej i regularne wizyty u dentysty

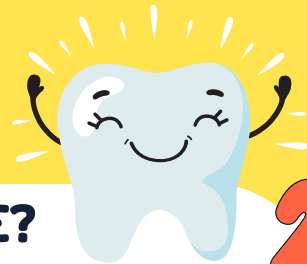
CO ZĘBY MAJĄ DO GADANIA?

DIETA, ZGRYZ I ROZWÓJ MOWY

1 DLACZEGO ZĘBY SĄ WAŻNE W MÓWIENIU?

Zęby to nie tylko estetyka – to „punkt oparcia” dla języka, warg i policzków. Nieprawidłowy zgryz, próchnica czy brak zębów mlecznych może:

- ♦ zaburzać artykulację głosek
- ♦ powodować seplenienie międzyzębowe
- ♦ wpływać na rozwój zgryzu i napięcia mięśni twarzy



CO MA DO TEGO JEDZENIE?

Dieta dziecka wpływa na:

- ✓ rozwój szczęki i żuchwy
- ✓ napięcie mięśni warg, policzków i języka
- ✓ jakość zgryzu i stan uzębienia

Dzieci, które długo jedzą papki, piją z butelki lub nie gryzą twardych produktów (np. jabłek, marchewek), mają większe ryzyko:

- słabego napięcia mięśniowego
- wady zgryzu
- opóźnień artykulacyjnych

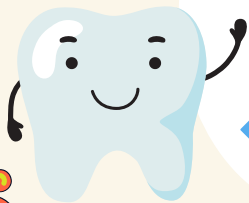
3 CUKIER A MOWA?

Częste jedzenie słodczy i picie słodkich napojów:

- ✗ niszczy zęby
- ✗ sprzyja próchnicy
- ✗ może prowadzić do bólu, a przez to unikania gryzienia i mówienia

CO MOŻE ZAUWAŻYĆ NAUCZYCIEL?

- ♦ Dziecko mówi z językiem „między zębami”
- ♦ Ma trudności z gryzieniem twardych produktów (np. skórki chleba)
- ♦ Mówi niewyraźnie, sepleni
- ♦ Wygląda, jakby miało stale napięte lub przeciwnie – wiotkie mięśnie twarzy



5 CO MOŻESZ ZROBIĆ JAKO RODZIC?

- Zachęcaj do gryzienia twardych produktów od 1. roku życia
- Unikaj przedłużonego karmienia papkami i butelką
- Ogranicz słodczy i słodkie napoje
- Dbaj o higienę jamy ustnej i regularne wizyty u dentysty

CO ZĘBY MAJĄ DO GADANIA?

DIETA, ZGRYZ I ROZWÓJ MOWY

1 DLACZEGO ZĘBY SĄ WAŻNE W MÓWIENIU?

Zęby to nie tylko estetyka – to „punkt oparcia” dla języka, warg i policzków. Nieprawidłowy zgryz, próchnica czy brak zębów mlecznych może:

- ✦ zaburzać artykulację głosek
- ✦ powodować seplenienie międzyzębowe
- ✦ wpływać na rozwój zgryzu i napięcia mięśni twarzy



CO MA DO TEGO JEDZENIE?

Dieta dziecka wpływa na:

- ✓ rozwój szczęki i żuchwy
- ✓ napięcie mięśni warg, policzków i języka
- ✓ jakość zgryzu i stan uzębienia

Dzieci, które długo jedzą papki, piją z butelki lub nie gryzą twardych produktów (np. jabłek, marchewek), mają większe ryzyko:

- słabego napięcia mięśniowego
- wady zgryzu
- opóźnień artykulacyjnych

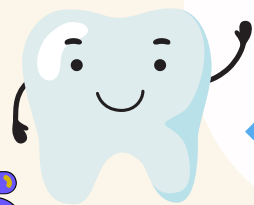
3 CUKIER A MOWA?

Częste jedzenie słodczy i picie słodkich napojów:

- ✗ niszczy zęby
- ✗ sprzyja próchnicy
- ✗ może prowadzić do bólu, a przez to unikania gryzienia i mówienia

CO MOŻE ZAUWAŻYĆ NAUCZYCIEL?

- ◆ Dziecko mówi z językiem „między zębami”
- ◆ Ma trudności z gryzieniem twardych produktów (np. skórki chleba)
- ◆ Mówi niewyraźnie, sepleni
- ◆ Wygląda, jakby miało stale napięte lub przeciwnie – wiotkie mięśnie twarzy



5 CO MOŻESZ ZROBIĆ JAKO RODZIC?

- Zachęcaj do gryzienia twardych produktów od 1. roku życia
- Unikaj przedłużonego karmienia papkami i butelką
- Ogranicz słodczy i słodkie napoje
- Dbaj o higienę jamy ustnej i regularne wizyty u dentysty

CO ZĘBY MAJĄ DO GADANIA?

DIETA, ZGRYZ I ROZWÓJ MOWY

1 DLACZEGO ZĘBY SĄ WAŻNE W MÓWIENIU?

Zęby to nie tylko estetyka – to „punkt oparcia” dla języka, warg i policzków. Nieprawidłowy zgryz, próchnica czy brak zębów mlecznych może:

- ♦ zaburzać artykulację głosek
- ♦ powodować seplenienie międzyzębowe
- ♦ wpływać na rozwój zgryzu i napięcia mięśni twarzy



CO MA DO TEGO JEDZENIE?

Dieta dziecka wpływa na:

- ✓ rozwój szczęki i żuchwy
- ✓ napięcie mięśni warg, policzków i języka
- ✓ jakość zgryzu i stan uzębienia

Dzieci, które długo jedzą papki, piją z butelki lub nie gryzą twardych produktów (np. jabłek, marchewek), mają większe ryzyko:

- słabego napięcia mięśniowego
- wady zgryzu
- opóźnień artykulacyjnych

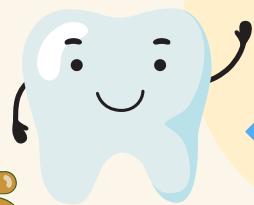
3 CUKIER A MOWA?

Częste jedzenie słodczy i picie słodkich napojów:

- ✗ niszczy zęby
- ✗ sprzyja próchnicy
- ✗ może prowadzić do bólu, a przez to unikania gryzienia i mówienia

CO MOŻE ZAUWAŻYĆ NAUCZYCIEL?

- ♦ Dziecko mówi z językiem „między zębami”
- ♦ Ma trudności z gryzieniem twardych produktów (np. skórki chleba)
- ♦ Mówi niewyraźnie, sepleni
- ♦ Wygląda, jakby miało stale napięte lub przeciwnie – wiotkie mięśnie twarzy



CO MOŻESZ ZROBIĆ JAKO RODZIC?

- Zachęcaj do gryzienia twardych produktów od 1. roku życia
- Unikaj przedłużonego karmienia papkami i butelką
- Ogranicz słodczy i słodkie napoje
- Dbaj o higienę jamy ustnej i regularne wizyty u dentysty

TRZECI MIGDAŁEK – CICHY WINOWAJCA PROBLEMÓW Z MOWĄ I SŁUCHEM

1



CO TO JEST TRZECI MIGDAŁEK?

To część układu odpornościowego dziecka – znajduje się za nosem, w nosogardle. U niektórych dzieci ulega nadmiernemu przerostowi, co może zaburzać oddychanie, słyszenie i... mówienie.

NA CO WARTO ZWRÓCIĆ UWAGĘ?

Objawy przerostu trzeciego migdałka mogą obejmować:

Oddychanie przez usta (również w spoczynku)

Chrapanie, niespokojny sen, budzenie się z otwartą buzią

Częste „niedosłyszanie” – dziecko prosi o powtórzenie, mówi głośno

Mowa nosowa – „jakby mówiło z katarą”

Trudności z koncentracją, opóźniony rozwój mowy

2



3

DLACZEGO TO WAŻNE Z LOGOPEDYCZNEGO PUNKTU WIDZENIA?

Przewlekły przerost migdałka:

- ➡ wpływa na sposób oddychania – dzieci zaczynają oddychać przez usta
- ➡ zaburza rozwój mowy (niewyraźna artykulacja, nosowanie)
- ➡ może pogłębiać wady zgryzu i problemy ortodontyczne
- ➡ zwiększa ryzyko niedosłuchu przewodzeniowego



5

CO ROBIĆ?



CO MOŻE ZAOBSERWOWAĆ NAUCZYCIEL W GRUPIE?

- Dziecko siedzi z otwartą buzią, wygląda na zmęczone
- Mówi przez nos, ma problemy z wyraźną artykulacją,
- Często nie reaguje na polecenia, nie słyszy, gdy mówi się do niego z daleka,
- Może mieć trudności w skupieniu się, szybciej się frustruje.

4

- 📌 Jeśli obserwujesz u dziecka powyższe objawy – warto skonsultować się z:
 - laryngologiem dziecięcym,
 - audiologiem (badanie słuchu),
 - logopedą,
 - czasem również z ortodontą lub fizjoterapeutą.

Nie każda sytuacja wymaga zabiegu – czasem wystarczy terapia i zmiana nawyków.

Jeśli jako nauczyciel zauważasz coś niepokojącego – porozmawiaj z rodzicami.

Jako rodzic – nie wahaj się pytać nauczyciela, czy zauważa podobne objawy w przedszkolu lub szkole.

Wspólne działanie daje dziecku największą szansę na zdrowy rozwój.

TRZECI MIGDAŁEK – CICHY WINOWAJCA PROBLEMÓW Z MOWĄ I SŁUCHEM

1





CO TO JEST TRZECI MIGDAŁEK?


To część układu odpornościowego dziecka – znajduje się za nosem, w nosogardle. U niektórych dzieci ulega nadmiernemu przerostowi, co może zaburzać oddychanie, słyszenie i... mówienie.


NA CO WARTO ZWRÓCIĆ UWAGĘ?


Objawy przerostu trzeciego migdałka mogą obejmować:

 Oddychanie przez usta (również w spoczynku)

 Chrapanie, niespokojny sen, budzenie się z otwartą buzią

 Częste „niedosłyszanie” – dziecko prosi o powtórzenie, mówi głośno

 Mowa nosowa – „jakby mówiło z katarą”

 Trudności z koncentracją, opóźniony rozwój mowy

2



3





DLACZEGO TO WAŻNE Z LOGOPEDYCZNEGO PUNKTU WIDZENIA?

Przewlekły przerost migdałka:

- ➔ wpływa na sposób oddychania – dzieci zaczynają oddychać przez usta
- ➔ zaburza rozwój mowy (niewyraźna artykulacja, nosowanie)
- ➔ może pogłębiać wady zgryzu i problemy ortodontyczne
- ➔ zwiększa ryzyko niedosłuchu przewodzeniowego



CO MOŻE ZAOBSERWOWAĆ NAUCZYCIEL W GRUPIE?

-  Dziecko siedzi z otwartą buzią, wygląda na zmęczone
-  Mówi przez nos, ma problemy z wyraźną artykulacją,
-  Często nie reaguje na polecenia, nie słyszy, gdy mówi się do niego z daleka,
-  Może mieć trudności w skupieniu się, szybciej się frustruje.

4

5

CO ROBIĆ?



- 📌 Jeśli obserwujesz u dziecka powyższe objawy – warto skonsultować się z:
 - laryngologiem dziecięcym,
 - audiologiem (badanie słuchu),
 - logopedą,
 - czasem również z ortodontą lub fizjoterapeutą.
- Nie każda sytuacja wymaga zabiegu – czasem wystarczy terapia i zmiana nawyków.

Jeśli jako nauczyciel zauważasz coś niepokojącego – porozmawiaj z rodzicami.
Jako rodzic – nie wahaj się pytać nauczyciela, czy zauważa podobne objawy w przedszkolu lub szkole.
Wspólne działanie daje dziecku największą szansę na zdrowy rozwój.

TRZECI MIGDAŁEK – CICHY WINOWAJCA PROBLEMÓW Z MOWĄ I SŁUCHEM

1



CO TO JEST TRZECI MIGDAŁEK?

To część układu odpornościowego dziecka – znajduje się za nosem, w nosogardle. U niektórych dzieci ulega nadmiernemu przerostowi, co może zaburzać oddychanie, słyszenie i... mówienie.

NA CO WARTO ZWRÓCIĆ UWAGĘ?

Objawy przerostu trzeciego migdałka mogą obejmować:

👄 Oddychanie przez usta (również w spoczynku)

😴 Chrapanie, niespokojny sen, budzenie się z otwartą buzią

🔊 Częste „niedosłyszanie” – dziecko prosi o powtórzenie, mówi głośno

🗣️ Mowa nosowa – „jakby mówiło z katarą”

🧠 Trudności z koncentracją, opóźniony rozwój mowy

2



3

DLACZEGO TO WAŻNE Z LOGOPEDYCZNEGO PUNKTU WIDZENIA?

Przewlekły przerost migdałka:

- ➡ wpływa na sposób oddychania – dzieci zaczynają oddychać przez usta
- ➡ zaburza rozwój mowy (niewyraźna artykulacja, nosowanie)
- ➡ może pogłębiać wady zgryzu i problemy ortodontyczne
- ➡ zwiększa ryzyko niedosłuchu przewodzeniowego



CO MOŻE ZAOBSERWOWAĆ NAUCZYCIEL W GRUPIE?

- 😴 Dziecko siedzi z otwartą buzią, wygląda na zmęczone
- 🗣️ Mówi przez nos, ma problemy z wyraźną artykulacją,
- 🔊 Często nie reaguje na polecenia, nie słyszy, gdy mówi się do niego z daleka,
- 🧩 Może mieć trudności w skupieniu się, szybciej się frustruje.

4

5



CO ROBIĆ?

- 📌 Jeśli obserwujesz u dziecka powyższe objawy – warto skonsultować się z:
 - laryngologiem dziecięcym,
 - audiologiem (badanie słuchu),
 - logopedą,
 - czasem również z ortodontą lub fizjoterapeutą.
- Nie każda sytuacja wymaga zabiegu – czasem wystarczy terapia i zmiana nawyków.

Jeśli jako nauczyciel zauważasz coś niepokojącego – porozmawiaj z rodzicami.

Jako rodzic – nie wahaj się pytać nauczyciela, czy zauważa podobne objawy w przedszkolu lub szkole.

Wspólne działanie daje dziecku największą szansę na zdrowy rozwój.

TRZECI MIGDAŁEK – CICHY WINOWAJCA PROBLEMÓW Z MOWĄ I SŁUCHEM

1



CO TO JEST TRZECI MIGDAŁEK?

To część układu odpornościowego dziecka – znajduje się za nosem, w nosogardle. U niektórych dzieci ulega nadmiernemu przerostowi, co może zaburzać oddychanie, słyszenie i... mówienie.

NA CO WARTO ZWRÓCIĆ UWAGĘ?

Objawy przerostu trzeciego migdałka mogą obejmować:

👄 Oddychanie przez usta (również w spoczynku)

😴 Chrapanie, niespokojny sen, budzenie się z otwartą buzią

🔊 Częste „niedosłyszanie” – dziecko prosi o powtórzenie, mówi głośno

🗣️ Mowa nosowa – „jakby mówiło z katarą”

🧠 Trudności z koncentracją, opóźniony rozwój mowy

2



3

DLACZEGO TO WAŻNE Z LOGOPEDYCZNEGO PUNKTU WIDZENIA?

Przewlekły przerost migdałka:

- ➡ wpływa na sposób oddychania – dzieci zaczynają oddychać przez usta
- ➡ zaburza rozwój mowy (niewyraźna artykulacja, nosowanie)
- ➡ może pogłębiać wady zgryzu i problemy ortodontyczne
- ➡ zwiększa ryzyko niedosłuchu przewodzeniowego



CO MOŻE ZAOBSERWOWAĆ NAUCZYCIEL W GRUPIE?

- 😴 Dziecko siedzi z otwartą buzią, wygląda na zmęczone
- 🗣️ Mówi przez nos, ma problemy z wyraźną artykulacją,
- 🔊 Często nie reaguje na polecenia, nie słyszy, gdy mówi się do niego z daleka,
- 🧩 Może mieć trudności w skupieniu się, szybciej się frustruje.

4

5



CO ROBIĆ?

- 📌 Jeśli obserwujesz u dziecka powyższe objawy – warto skonsultować się z:
 - laryngologiem dziecięcym,
 - audiologiem (badanie słuchu),
 - logopedą,
 - czasem również z ortodontą lub fizjoterapeutą.

Nie każda sytuacja wymaga zabiegu – czasem wystarczy terapia i zmiana nawyków.

Jeśli jako nauczyciel zauważasz coś niepokojącego – porozmawiaj z rodzicami.

Jako rodzic – nie wahaj się pytać nauczyciela, czy zauważa podobne objawy w przedszkolu lub szkole.

Wspólne działanie daje dziecku największą szansę na zdrowy rozwój.

JĘZYK NA UWIĘZI – JAK WĘDZIDEŁKO WPŁYWA NA MOWĘ I JEDZENIE?



Czym jest wędzidełko podjęzykowe?

To cienka błona łącząca spód języka z dnem jamy ustnej.

U niektórych dzieci jest zbyt krótkie lub napięte, co ogranicza ruchy języka.

Dlaczego to ważne?

Zbyt krótkie wędzidełko może wpływać na:

- ♦ rozwój mowy
- ♦ rozwój zgryzu
- ♦ sposób oddychania
- ♦ napięcie mięśniowe twarzy
- ♦ karmienie i sen

Co może zauważyć nauczyciel?

- ✦ Dziecko mówi niewyraźnie
- ✦ Ma stale otwartą buzię i język w spoczynku leży nisko
- ✦ Ślini się lub ma problemy z połykaniem
- ✦ Unika dłuższego mówienia, szybko się męczy

Co może niepokoić?

Już u niemowląt:

- 👤 trudności w ssaniu piersi
- 👤 szybkie męczenie się przy karmieniu
- 👤 mlaskanie, ulewanie, gaziki

U starszych dzieci i przedszkolaków:

- ♦ trudność z unoszeniem języka do góry
- ♦ „leniwy język” – leży na dnie jamy ustnej
- ♦ ślinienie się, zaburzenia połykania
- ♦ wady wymowy: np. głoski l, r, sz, ż, cz, dż
- ♦ niechęć do jedzenia, wybiórczość pokarmowa

- ♦ problemy ze snem (język zapada się do tyłu)

Co robić?

➡ Skonsultuj się z:

- logopedą – oceni funkcję języka
- laryngologiem lub chirurgiem stomatologicznym – jeśli potrzebny zabieg
- fizjoterapeutą – jeśli występują problemy z napięciem mięśniowym



Współpraca daje efekty!

Prawidłowe funkcjonowanie języka to podstawa skutecznej komunikacji. Jeśli coś Cię niepokoi – nie zwlekaj. Wczesna interwencja daje najlepsze efekty terapeutyczne!

JĘZYK NA UWIĘZI – JAK WĘDZIDEŁKO WPŁYWA NA MOWĘ I JEDZENIE?

Czym jest wędzidełko podjęzykowe?

To cienka błona łącząca spód języka z dnem jamy ustnej.

U niektórych dzieci jest zbyt krótkie lub napięte, co ogranicza ruchy języka.

Dlaczego to ważne?

Zbyt krótkie wędzidełko może wpływać na:

- ◆ rozwój mowy
- ◆ rozwój zgryzu
- ◆ sposób oddychania
- ◆ napięcie mięśniowe twarzy
- ◆ karmienie i sen

Co może zauważyć nauczyciel?

- ✚ Dziecko mówi niewyraźnie
- ✚ Ma stale otwartą buzię i język w spoczynku leży nisko
- ✚ Ślini się lub ma problemy z połykaniem
- ✚ Unika dłuższego mówienia, szybko się męczy

Co może niepokoić?

Już u niemowląt:

- 👤 trudności w ssaniu piersi
- 👤 szybkie męczenie się przy karmieniu
- 👤 mlaskanie, ulewanie, gaziki

U starszych dzieci i przedszkolaków:

- ◆ trudność z unoszeniem języka do góry
- ◆ „leniwy język” – leży na dnie jamy ustnej
- ◆ ślinienie się, zaburzenia połykania
- ◆ wady wymowy: np. głoski l, r, sz, ż, cz, dż
- ◆ niechęć do jedzenia, wybiórczość pokarmowa

problemy ze snem (język zapada się do tyłu)

Co robić?

➡ Skonsultuj się z:

- logopedą – oceni funkcję języka
- laryngologiem lub chirurgiem stomatologicznym – jeśli potrzebny zabieg
- fizjoterapeutą – jeśli występują problemy z napięciem mięśniowym



Współpraca daje efekty!

Prawidłowe funkcjonowanie języka to podstawa skutecznej komunikacji. Jeśli coś Cię niepokoi – nie zwlekaj. Wczesna interwencja daje najlepsze efekty terapeutyczne!



JĘZYK NA UWIEŻI – JAK WĘDZIDEŁKO WPŁYWA NA MOWĘ I JEDZENIE?

Czym jest wędzidełko podjęzykowe?

To cienka błona łącząca spód języka z dnem jamy ustnej.

U niektórych dzieci jest zbyt krótkie lub napięte, co ogranicza ruchy języka.

Dlaczego to ważne?

Zbyt krótkie wędzidełko może wpływać na:

- ♦ rozwój mowy
- ♦ rozwój zgryzu
- ♦ sposób oddychania
- ♦ napięcie mięśniowe twarzy
- ♦ karmienie i sen

Co może zauważyć nauczyciel?

- ✚ Dziecko mówi niewyraźnie
- ✚ Ma stale otwartą buzię i język w spoczynku leży nisko
- ✚ Ślini się lub ma problemy z połykaniem
- ✚ Unika dłuższego mówienia, szybko się męczy

Co może niepokoić?

Już u niemowląt:

- ✚ trudności w ssaniu piersi
- ✚ szybkie męczenie się przy karmieniu
- ✚ mlaskanie, ulewianie, gaziki

U starszych dzieci i przedszkolaków:

- ♦ trudność z unoszeniem języka do góry
- ♦ „leniwy język” – leży na dnie jamy ustnej
- ♦ ślinienie się, zaburzenia połykania
- ♦ wady wymowy: np. głoski l, r, sz, ż, cz, dż
- ♦ niechęć do jedzenia, wybiórczość pokarmowa

- ♦ problemy ze snem (język zapada się do tyłu)

Co robić?

➔ Skonsultuj się z:

- logopedą – oceni funkcję języka
- laryngologiem lub chirurgiem stomatologicznym – jeśli potrzebny zabieg
- fizjoterapeutą – jeśli występują problemy z napięciem mięśniowym



Współpraca daje efekty!



Prawidłowe funkcjonowanie języka to podstawa skutecznej komunikacji. Jeśli coś Cię niepokoi – nie zwlekaj. Wczesna interwencja daje najlepsze efekty terapeutyczne!

JĘZYK NA UWIĘZI - JAK WĘDZIDEŁKO WPŁYWA NA MOWĘ I JEDZENIE?



Czym jest wędzidełko podjęzykowe?

To cienka błona łącząca spód języka z dnem jamy ustnej.

U niektórych dzieci jest zbyt krótkie lub napięte, co ogranicza ruchy języka.

Dlaczego to ważne?

Zbyt krótkie wędzidełko może wpływać na:

- ◆ rozwój mowy
- ◆ rozwój zgryzu
- ◆ sposób oddychania
- ◆ napięcie mięśniowe twarzy
- ◆ karmienie i sen

Co może zauważyć nauczyciel?

- 📌 Dziecko mówi niewyraźnie
- 📌 Ma stale otwartą buzię i język w spoczynku leży nisko
- 📌 Ślini się lub ma problemy z połykaniem
- 📌 Unika dłuższego mówienia, szybko się męczy

Co może niepokoić?

Już u niemowląt:

- 👶 trudności w ssaniu piersi
- 👶 szybkie męczenie się przy karmieniu
- 👶 mlaskanie, ulewanie, gaziki

U starszych dzieci i przedszkolaków:

- ◆ trudność z unoszeniem języka do góry
- ◆ „leniwy język” – leży na dnie jamy ustnej
- ◆ ślinienie się, zaburzenia połykania
- ◆ wady wymowy: np. głoski l, r, sz, ż, cz, dż
- ◆ niechęć do jedzenia, wybiórczość pokarmowa

- ◆ problemy ze snem (język zapada się do tyłu)

Co robić?

➡ Skonsultuj się z:

- logopedą – oceni funkcję języka
- laryngologiem lub chirurgiem stomatologicznym – jeśli potrzebny zabieg
- fizjoterapeutą – jeśli występują problemy z napięciem mięśniowym



Współpraca daje efekty!

Prawidłowe funkcjonowanie języka to podstawa skutecznej komunikacji. Jeśli coś Cię niepokoi – nie zwlekaj. Wczesna interwencja daje najlepsze efekty terapeutyczne!

SIEDZI, ALE JAK?

POSTAWA CIAŁA A JAKOŚĆ MÓWIENIA



Dlaczego postawa ciała ma znaczenie?

Mowa to nie tylko język i usta – to cały układ ruchowy. Dziecko, które siedzi niewłaściwie, może mieć:

- ♦ napięte lub zbyt wiotkie mięśnie
- ♦ ograniczoną pracę przepony
- ♦ trudności w oddychaniu i kontroli głosu
- ♦ mniejsze możliwości koncentracji

Z logopedycznego punktu widzenia...

Zła postawa wpływa na:

- oddychanie (płytki oddech = słabszy głos)
- fonację (czyli siłę i jakość głosu)
- artykulację (mięśnie twarzy też mogą być źle napięte!)
- koordynację mowy z ruchem (np. pisanie i mówienie jednocześnie)

🤔 Czy wiesz, że...

- ♦ Praca przepony, niezbędna do silnej i wyraźnej mowy, zależy od tego, czy dziecko siedzi prosto.
- ♦ Dziecko, które się „zapada” w krzesło, może mieć trudność z odpowiednim napięciem mięśni twarzy i języka.
- ♦ Ruch i stabilizacja ciała to fundamenty nie tylko pisanie, ale też komunikacji!
- ♦ Dzieci, które mają słabą kontrolę posturalną, często też mówią ciszej, mniej wyraźnie i szybciej się męczą.

✅ Co możesz zrobić w domu i w klasie?

- ✓ Zadbaj, by dziecko siedziało stabilnie: nogi powinny dotykać podłogi, plecy oparte
- ✓ Ogranicz siedzenie z telefonem czy tabletem na kolanach – to pogarsza nawyki
- ✓ Wspieraj aktywność fizyczną – to nie tylko zdrowie, ale też lepsza mowa!

Ciało mówi razem z nami – a dobra postawa to lepsze warunki do rozwoju mowy. Czasem warto „wyprostować się”, by mówić jaśniej i pewniej!

SIEDZI, ALE JAK?

POSTAWA CIAŁA A JAKOŚĆ MÓWIENIA



Dlaczego postawa ciała ma znaczenie?

Mowa to nie tylko język i usta – to cały układ ruchowy. Dziecko, które siedzi niewłaściwie, może mieć:

- ♦ napięte lub zbyt wiotkie mięśnie
- ♦ ograniczoną pracę przepony
 - ♦ trudności w oddychaniu i kontroli głosu
- ♦ mniejsze możliwości koncentracji

Z logopedycznego punktu widzenia...

Zła postawa wpływa na:

- oddychanie (płytki oddech = słabszy głos)
- fonację (czyli siłę i jakość głosu)
- artykulację (mięśnie twarzy też mogą być źle napięte!)
- koordynację mowy z ruchem (np. pisanie i mówienie jednocześnie)

🤔 Czy wiesz, że...

- ♦ Praca przepony, niezbędna do silnej i wyraźnej mowy, zależy od tego, czy dziecko siedzi prosto.
- ♦ Dziecko, które się „zapada” w krzesło, może mieć trudność z odpowiednim napięciem mięśni twarzy i języka.
- ♦ Ruch i stabilizacja ciała to fundamenty nie tylko pisanie, ale też komunikacji!
- ♦ Dzieci, które mają słabą kontrolę posturalną, często też mówią ciszej, mniej wyraźnie i szybciej się męczą.

✅ Co możesz zrobić w domu i w klasie?

- ✓ Zadbaj, by dziecko siedziało stabilnie: nogi powinny dotykać podłogi, plecy oparte
- ✓ Ogranicz siedzenie z telefonem czy tabletem na kolanach – to pogarsza nawyki
- ✓ Wspieraj aktywność fizyczną – to nie tylko zdrowie, ale też lepsza mowa!

Ciało mówi razem z nami – a dobra postawa to lepsze warunki do rozwoju mowy. Czasem warto „wyprostować się”, by mówić jaśniej i pewniej!

SIEDZI, ALE JAK?

POSTAWA CIAŁA A JAKOŚĆ MÓWIENIA



Dlaczego postawa ciała ma znaczenie?

Mowa to nie tylko język i usta – to cały układ ruchowy. Dziecko, które siedzi niewłaściwie, może mieć:

- ♦ napięte lub zbyt wiotkie mięśnie
- ♦ ograniczoną pracę przepony
 - ♦ trudności w oddychaniu i kontroli głosu
- ♦ mniejsze możliwości koncentracji

Z logopedycznego punktu widzenia...

Zła postawa wpływa na:

- oddychanie (płytki oddech = słabszy głos)
- fonację (czyli siłę i jakość głosu)
- artykulację (mięśnie twarzy też mogą być źle napięte!)
- koordynację mowy z ruchem (np. pisanie i mówienie jednocześnie)

🤔 Czy wiesz, że...

- ♦ Praca przepony, niezbędna do silnej i wyraźnej mowy, zależy od tego, czy dziecko siedzi prosto.
- ♦ Dziecko, które się „zapada” w krzesło, może mieć trudność z odpowiednim napięciem mięśni twarzy i języka.
- ♦ Ruch i stabilizacja ciała to fundamenty nie tylko pisanie, ale też komunikacji!
- ♦ Dzieci, które mają słabą kontrolę posturalną, często też mówią ciszej, mniej wyraźnie i szybciej się męczą.

✅ Go możesz zrobić w domu i w klasie?

- ✓ Zadbaj, by dziecko siedziało stabilnie: nogi powinny dotykać podłogi, plecy oparte
- ✓ Ogranicz siedzenie z telefonem czy tabletem na kolanach – to pogarsza nawyki
- ✓ Wspieraj aktywność fizyczną – to nie tylko zdrowie, ale też lepsza mowa!

Ciało mówi razem z nami – a dobra postawa to lepsze warunki do rozwoju mowy. Czasem warto „wyprostować się”, by mówić jaśniej i pewniej!

SIEDZI, ALE JAK?

POSTAWA CIAŁA A JAKOŚĆ MÓWIENIA



Dlaczego postawa ciała ma znaczenie?

Mowa to nie tylko język i usta – to cały układ ruchowy. Dziecko, które siedzi niewłaściwie, może mieć:

- ♦ napięte lub zbyt wiotkie mięśnie
- ♦ ograniczoną pracę przepony
- ♦ trudności w oddychaniu i kontroli głosu
- ♦ mniejsze możliwości koncentracji

Z logopedycznego punktu widzenia...

Zła postawa wpływa na:

- oddychanie (płytki oddech = słabszy głos)
- fonację (czyli siłę i jakość głosu)
- artykulację (mięśnie twarzy też mogą być źle napięte!)
- koordynację mowy z ruchem (np. pisanie i mówienie jednocześnie)

🤔 Czy wiesz, że...

- ♦ Praca przepony, niezbędna do silnej i wyraźnej mowy, zależy od tego, czy dziecko siedzi prosto.
- ♦ Dziecko, które się „zapada” w krzesło, może mieć trudność z odpowiednim napięciem mięśni twarzy i języka.
- ♦ Ruch i stabilizacja ciała to fundamenty nie tylko pisanie, ale też komunikacji!
- ♦ Dzieci, które mają słabą kontrolę posturalną, często też mówią ciszej, mniej wyraźnie i szybciej się męczą.

✅ Co możesz zrobić w domu i w klasie?

- ✓ Zadbaj, by dziecko siedziało stabilnie: nogi powinny dotykać podłogi, plecy oparte
- ✓ Ogranicz siedzenie z telefonem czy tabletem na kolanach – to pogarsza nawyki
- ✓ Wspieraj aktywność fizyczną – to nie tylko zdrowie, ale też lepsza mowa!

Ciało mówi razem z nami – a dobra postawa to lepsze warunki do rozwoju mowy. Czasem warto „wyprostować się”, by mówić jaśniej i pewniej!