

«Рекомендации родителям по профилактике нарушений голоса у детей».



Произнесение звуков речи представляет собой сложный физиологический процесс, для осуществления которого требуются нормальное строение и координированная функция центрального речевого аппарата и периферических органов артикуляции и голосообразования.

Детский голос из-за анатомо-физиологических особенностей обладает качествами, отличающего его от взрослых. Это более короткие голосовые связки, меньший объем лёгких, преобладание головных резонаторов.

В настоящее время существует огромный диапазон голосовых нарушений от полной потери голоса до его незначительных изменений. Нарушения голоса оказывают весьма существенное влияние на общее развитие детей, их нервно-психическое состояние, формирование речи, так как голос имеет большое значение в процессе общения. Роль голоса велика в передаче интонации, которая определяет смысловую и эмоциональную стороны высказываний.

Причин нарушений детского голоса множество, но можно выделить самые основные и распространённые:

- заболевания гортани, носоглотки, бронхов, верхних дыхательных путей;

- снижение слуха;
- парезы и параличи мышц языка, гортани, голосовых связок, нарушение тонуса и мышечной подвижности;
- недостаточное небно-глоточное смыкание (назальность речи);
- аллергические заболевания (отек дыхательных путей);

Одним из видов нарушений голоса, встречающихся у детей дошкольного возраста, являются дисфония и афония.

Афония - полное отсутствие голоса.

Дисфония - частичное нарушение высоты, силы и тембра. При дисфонии голос слабый, хриплый. Если вовремя не обратить на это внимание, то нарушение может принять затяжной характер и привести к возникновению органических изменений в голосовом аппарате. Постоянное перенапряжение голоса в результате слишком громкого разговора, пения, крика, несоблюдение основных правил гигиены голоса, может привести к образованию на голосовых складках узелков «крикунов». Для таких детей характерно, что утром голос нормальный, а вечером появляется осиплость. Развитию дисфонии могут также способствовать аденоидные разрастания в носу, которые затрудняют носовое дыхание и ребенок дышит ртом. При ротовом дыхании вдыхается воздух, который не очищается, не согревается, не увлажняется, как это бывает при носовом дыхании, вследствие чего возникают хронические воспалительные процессы в слизистой оболочке гортани, голос становится хриплым.

Мероприятия по профилактике нарушений голоса и речи у детей

1. Следить за здоровьем детей, предохранять детей от частого насморка, ангины, острого ларингита и других простудных заболеваний. Закаливать детей, и, приобщая детей, приобщая к физкультуре, доступным видам спорта.

2. Не выходить разгоряченным (после бани, после подвижных игр) на холодный воздух и при этом разговаривать. В холодную и сырую погоду не

следует петь на улице, быстро ходить и бегать, так как во всех этих случаях дыхание происходит через рот и устранение вредных свойств вдыхаемого воздуха осуществляется в меньшей степени.

3. Раннее выявление недостатков слуха и их устранение. Для нормального и самостоятельного развития речи ребенка должна быть высокая степень сохранности слуха. Даже небольшое понижение слуха, оставаясь незамеченным, может привести к речевым нарушениям. Своевременное выявление таких дефектов слуха имеет большое значение для профилактики речевых расстройств.

4. Ограничить и исключить воздействие табачного дыма на нежную слизистую гортани, нежелательное воздействие табачного дыма может приводить к хроническому ларингиту у детей (воспаление слизистой оболочки).

5. Важно, чтобы ребенок дошкольного возраста развивался в обстановке доброжелательного «речевого окружения». Взрослые должны прежде всего заботиться о совершенствовании своей речи и следует активно вмешиваться в процесс развития речи у ребенка, учить его четко произносить звуки речи, слова и фразы, грамматически правильно выражать свои мысли.

6. Излишняя громкость голоса ведет к перенапряжению голосовых связок, в результате чего могут возникнуть хрипота, слабость голоса. При насморке или малейших признаках охриплости дети должны говорить, как можно тише и меньше, освобождать от пения.

7. Проводить систематические занятия пением, при котором укрепляются



голосовые складки, что способствует развитию голосового аппарата. Крикливое пение вызывает перенапряжение голосового аппарата.

8. Следует избегать эмоциональных переживаний.

9. Не злоупотреблять пищей, травмирующей голосовые связки (сухарики, орешки, сушки, и т.п.).

Успехов вам!