

**MAMO, TATO – POZWÓLCIE MI POZNAWAĆŚWIAT SMAKÓWSAMODZIELNIE**

**– TO TRENING DLA MOJEJ BUZI**

*Karmienie piersią jest pierwszym treningiem aparatu mowy.  Zapewnia prawidłowy rozwój i sprawność mięśni twarzy dziecka oraz języka. Najlepszy wiek na pożegnanie z butelką i smoczkiem to 12-13 miesiąc życia. Dziecko, które już potrafi gryźć, powinno jak najwięcej chrupać.  Między posiłkami podajemy maluchowi na początek: gotowaną marchewkę i gotowany ziemniak w plasterkach, następnie do nauki chrupania wprowadzamy trudniejsze dla dziecka do gryzienia: sucharek, tradycyjny biszkopt, jabłko, świeżą marchewkę, skórkę od chleba.*



**To naturalne w rozwoju dziecka, że na pewnym etapie**

**chwyta rączkami różne przedmioty, w tym i jedzenie sprawdzając w ten sposób fakturę i konsystencję, a następnie wkłada do buzi. Jest to czas, gdy dziecko poznaje świat poprzez wzrok, dotyk i smak.**



**Ważne przy nauce karmienia – PAMIĘTAJ:**

1. **Nie karm dziecka przed telewizorem** (mimo, że mamy wrażenie, że dziecko zje wtedy więcej) –ważne jest aby dziecko było świadome tej czynności – „rytuał jedzenia” dla dziecka może stać się ciekawym, jeśli pozwolimy mu na chwilę samodzielności.

2. Gdy dziecko jest „niejadkiem” – w terapii jedzenia rozpoczynamy od **mini porcji** (czasami nawet okruszków) na talerzu – gdy dziecko ją zje – chwalimy je za to za każdym razem. Następnie stopniowo zwiększamy porcje.

**KIEDY UCZYSZ DZIECKO PIĆ**

Naukę picia z kubka możesz zacząć już od około 9 miesiąca życia dziecka. Można rozpocząć od czegoś gęstszego (np. kisiel, zmiksowana zupka), warto użyć do tego przeźroczystego kubka, łatwiej będziemy kontrolować kiedy napój dotknie ust dziecka, a gęstszy płyn spływa dłużej.

**WAŻNĄ ZASADĄ JEST ABY DO NAUKI PICA NAJLEPIEJ UŻYĆ TRADYCYJNEGO KUBKA.**

**KUBKOM NIEKAPKOM MOWIMY – NIE!!!**

Kubki „niekapki” powodują, że język leży na dnie jamy ustnej , jest unieruchomiony, nie może ćwiczyć unoszenia się ku podniebieniu (pionizacji), co w przyszłości może przyczynić się do wady wymowy – seplenienia.

KU



 *Opracowano na podstawie dostępnych materiałów internetowych*

 *Angelika Zielke*