**Oddychanie ważna sprawa!**

Oddychanie pełni niezwykle istotną rolę w harmonijnym rozwoju dziecka, w tym aparatu artykulacyjnego - **WYMOWY**.

Prawidłowy oddech zarówno w dzień jak i podczas snu powinien odbywać się nosem. Jeśli zauważymy, że dziecko ma otwartą buzię w stanie spoczynku należy udać się do specjalisty, ponieważ może to mieć niekorzystny wpływ na rozwój mowy. W czasie mówienia powietrze wdychamy ustami, a wydychamy nosem. Osoby mające kłopot z prawidłowym gospodarowaniem powietrza mogą mówić niewyraźnie, niepłynnie, zbyt głośno lub zbyt cicho. Dzieje się tak, ponieważ nie mają nad tym kontroli i z powodu utrudnionych funkcji oddechowych w inny sposób próbują sobie radzić (tak jak potrafią). Niekiedy angażują przy tym całe ciało co utrwala nieprawidłowe funkcjonowanie postawy.

**Konsekwencje nieprawidłowego oddechu:**

- problemy z artykulacją głosek wymagających podniesienia czubka języka (sz, ż, cz, dź, l, r), ponieważ powietrze przepływające ponad językiem utrudnia jego właściwą pionizację,

- powstawanie i utrwalanie wad wymowy, jeśli zaburzone są funkcje oddechowe wpływa to bezpośrednio na pracę języka, który stanowi niezwykle ważną rolę w prawidłowej artykulacji dziecka,

- zaburzenia gospodarowania powietrzem, oddychając prze usta mamy krótką fazę wdechową i wydechową co bezpośrednio wpływa na ograniczoną pracę i niską sprawność przepony, w efekcie dziecko mówi zbyt szybko, łykając powietrze w trakcie wypowiedzi, co może wpływać na utrwalanie niepłynności mowy

- nieprawidłowa praca mięśni żwaczy (obniżone napięcie i wiotkość) dziecko oddychające przez usta szybko wykazuje niechęć do intensywnej pracy żuchwy przy żuciu.

Kiedy dziecko oddycha nieprawidłowo należy podjąć współpracę z logopedą aby wdrożyć odpowiednią terapię, która zniweluje wszelkie trudności i usprawni rozwój mowy dziecka.