

Как исправить назальный оттенок голоса

Для устранения носового голоса придется много потрудиться.

Сейчас наша общая задача — активизировать мягкое нёбо и заставить его двигаться. И здесь понадобится массаж. Если малыш слишком мал, помогите ему выполнить эту процедуру.

- Для начала протрите спиртом свой указательный палец на правой руке. А затем его подушечкой начните поглаживать и растирать в поперечном направлении слизистую оболочку на границе мягкого и твердого нёба.
- Прodelайте те же самые движения, одновременно произнося звук „а».
- Сделайте несколько зигзагообразных движений по границе мягкого и твердого нёба слева направо, а затем - то же самое, но уже в обратном направлении.
- Помассируйте мягкое нёбо, совершая указательным пальцем толчкообразные движения.

Если, ваш ребенок большой, он может делать те же приемы и сам. В данном случае главным исполнителем массажа будет кончик детского языка.

Чтобы ребёнок все делал правильно, проведите с ним репетицию с зеркальцем в руке. Глядя на свое отражение, ребёнок должен открыть пошире рот и язычком проделать каждое из четырех упражнений. Если у него все получается, пусть продолжит с закрытым ртом. Такая тренировка возможна в любое время и в любом месте, и незаметно для всех окружающих! А тот, кто чаще делает массаж, скорее добивается нужного результата.

Кроме массажа необходимы и упражнения. Вот некоторые из них.

1. Дайте своему ребенку стакан с теплой водичкой и предложите ему выпить ее небольшими глотками.
2. Пусть он продемонстрирует, как хорошо умеет полоскать горло, набирая порции теплой воды в рот. Еще лучше – полоскать горло более густой жидкостью – киселём, кефиром. Делать это нужно аккуратно, следить, чтобы ребёнок не подавился.
3. А теперь предложите ребенку широко открыть рот и покашлять: на одном выдохе не менее 3 раз.
4. Затем из того же исходного положения — с широко открытым ртом — попробуйте вместе позевать.
5. Следующее задание постарайтесь проделать энергично и утрированно, на твердой атаке произнося звуки: «а», «о», «у», «э», «и», «ы».