

mala usta - veliki zadatak

OD
HRANJENJA
DO GOVORA

DJEČJI VRTIĆ "KOCKICA" - LIPIK
20.11.2025.

pripremila: Mateja Visković, mag.logoped.



sadržaj

- 01 uvod - upoznavanje s terminima
- 02 funkcija usana, čeljusti i jezika
- 03 mitovi
- 04 što možemo učiniti svakodnevno?



Kako su govor i hranjenje povezani?

- razvoj govora ne dolazi “odjednom” - već se odvija u etapama
- razvoj orofacijalnih funkcija: sisanje - žvakanje - govor
- iste mišićne skupine koristimo pri govoru i pri hranjenju!



Kako se razvija hranjenje? Razvojni obrasci hranjenja:

- 10 - 12 mjeseci: može piti na slamku, poboljšava se koordinacija tijekom pijenja tekućine, razvija se zreo obrazac žvakanja, aktivne su usne i obrazi tijekom jela, gag refleks se pomiče natrag
- do druge godine: mogu jesti sve teksture, može žvakati meso, jezik se pomiče gore i iza tijekom gutanja, žvače sa zatvorenim ustima



usne - čeljust - jezik

- zadržavanje hrane, formiranje glasova P, B, M
- čeljust - stabilnost i snaga pokreta
- temelj za preciznost jezika
- jezik - ključan za manipulaciju hranom i za ispravnu artikulaciju





mitovi

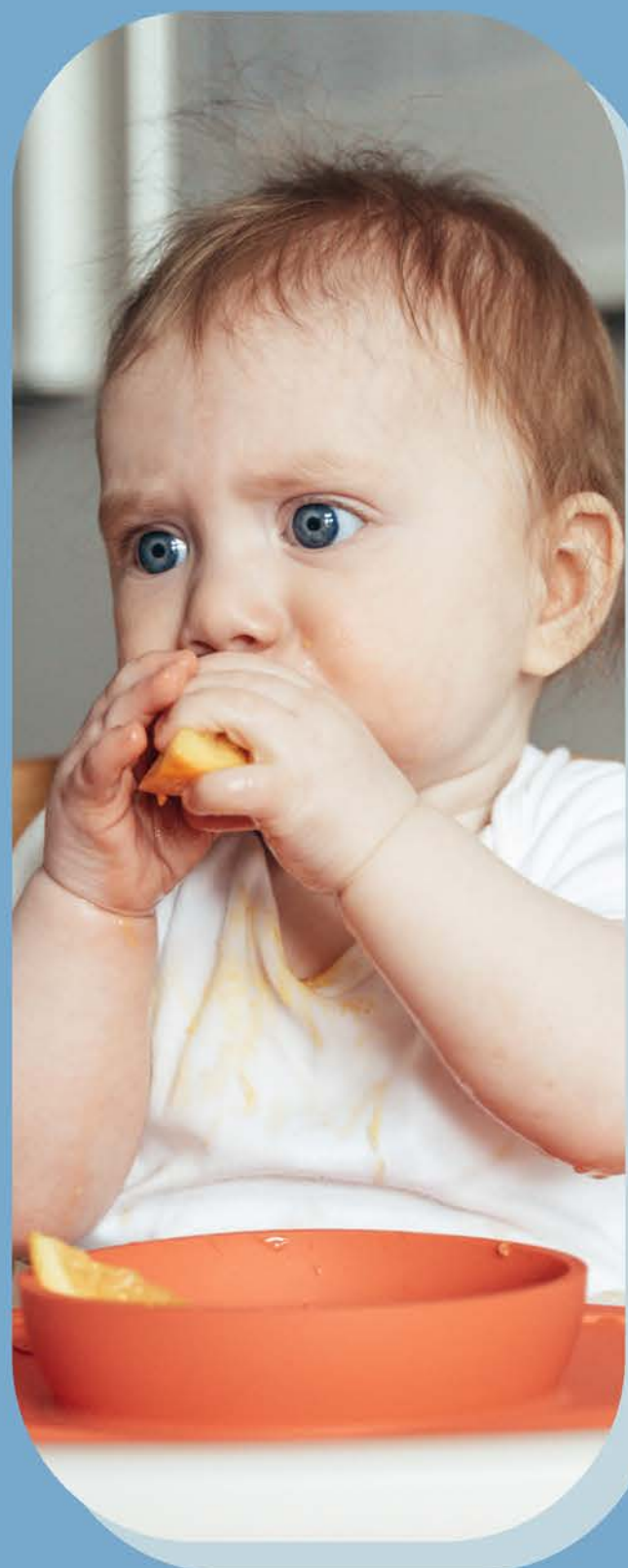
- 01 kasno je progovorio jer nije imao što za reći ili jer je dječak
- 02 ne jede komadiće jer je izbirljiv/a
- 03 dojenje ili bočica nema veze s govorom
- 04 logoped se bavi samo govorom

izbirljivost

mogući uzroci:

1. senzorna osjetljivost
2. oralno - motoričke teškoće
3. loše iskustvo s hranom od prije
4. ponašajni / odgojni razlozi
5. razvojni period (oko 18 - 25 mjeseca)
6. medicinski razlozi





što roditelji
mogu učiniti
svakodnevno?

dopustite djetetu da jede
samostalno!

potiče koordinaciju ruka-
usta i osjet u ustima

što roditelji mogu učiniti svakodnevno?

fina motorika



- samostalnim hranjenjem dijete razvija finu motoriku, hvatanje predmeta (pincentni hvat), koordinaciju oko-usta-ruka

povjerenje u vlastite sposobosti

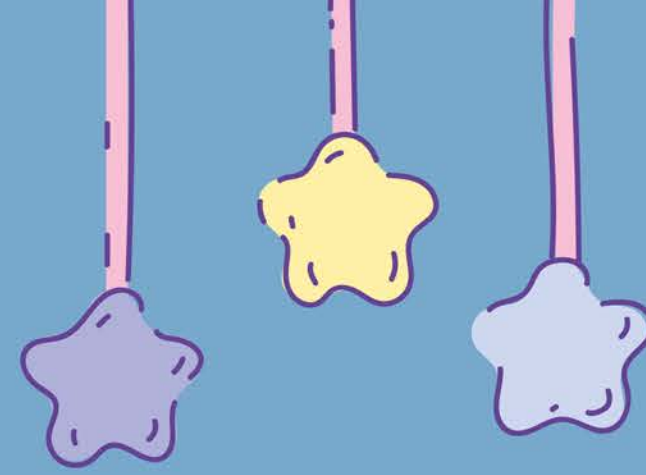


- dijete razvija sposobnost prepoznavanja kad je gladno, a kad je sito
- u budućnosti bolje prepoznaju svoje potrebe

što roditelji mogu učiniti svakodnevno?

nudite različite teksture hrane
(gnječena, sjeckana, tvrđa hrana...)

- različite teksture hrane potiču senzornu toleranciju (mokro-suho, mekano-tvrdo, hrskavo-glatko...)
- raznolikost u strukturama = bolja priprema za govor, gutanje i artikulaciju
- uključite ih u pripremu hrane s vama - manja šansa da neće pojesti ono što su sami pripremili



što roditelji mogu učiniti svakodnevno?

- izbjegavajte predugo korištenje dudu ili bočice (dudu početi micati s maksimalno 6 mjeseci)
- ne zadržavati se predugo na kašicama
- nuditi mekane komade, i kašaste i grudaste strukture
- gag refleks je normalan način da tijelo nauči vladati komadima hrane u ustima



Što roditelji mogu učiniti svakodnevno?

tijekom jela:

- imenujte hranu, razgovarajte, potičite oponašanje pokreta i glasova
- obiteljsko okruženje - opuštena atmosfera, bez nagovaranja i pritisaka
- vaša je odgovornost ŠTO je na tanjuru i KAD je obrok - a ne KOLIKO je dijete pojelo
- ponavljana izloženost različitim okusima i teksturama smanjuje rizik od izbirljivosti
- glad je najbolji začini jelu: ne dopuštajte grickanje između obroka
- uvedite vrijeme za jelo: ručak u 15h, večera u 18:30h



što roditelji mogu učiniti svakodnevno?



**prljavo znači da
mozak uči!**



**djetetu treba
istu namirnicu
ponuditi 10-15x
da bi se
upoznalo s njom**



**modeliranje -
dijete najviše uči
gledajući**

Kada posjetiti logopeda?

Uloga roditelja u ranoj dobi je ključna: uz malo znanja, svaki obrok je prilika za vježbu - ako je potrebna



ako dijete teško prelazi s tekuće na krutu hranu



ako često gura hranu van s jezikom



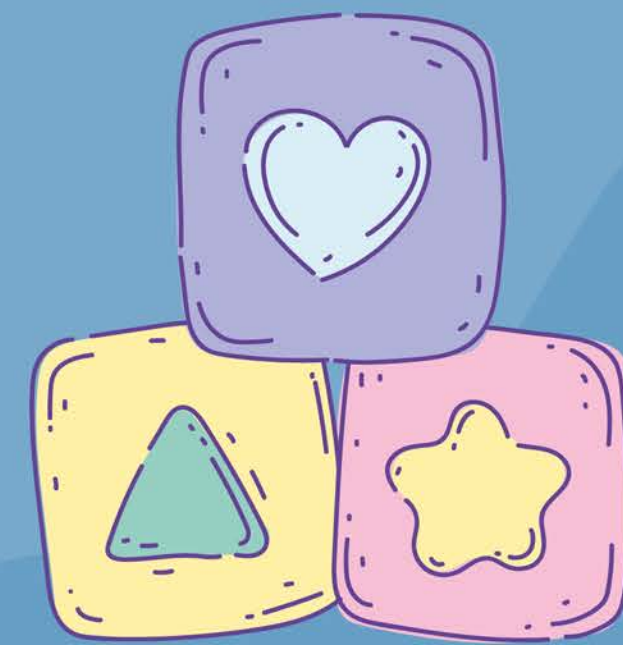
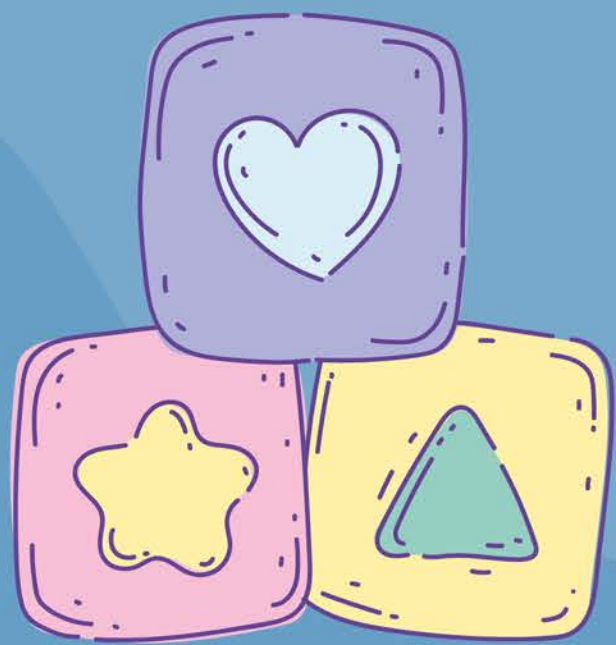
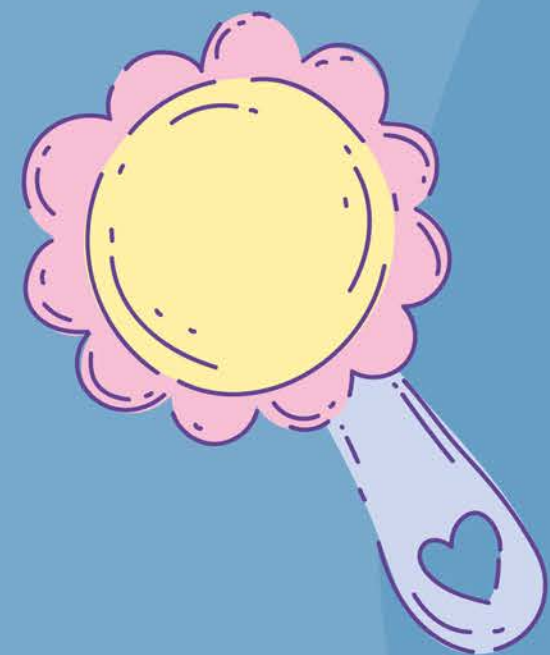
ako nakon 2. godine ima slabo pokretan jezik ili ne govori



ako jede samo određenu vrstu hrane



***Svaki dječji zalogaj je
put prema boljem
govoru - dopustite
djeci da nauče veliki
zadatak!***





Hvala!