

Szanowni Państwo!

Ze względu na obecną sytuację, która uniemożliwia prowadzenie terapii logopedycznej, chciałabym zaproponować Państwu serię ćwiczeń, które można wykonywać z dzieckiem w domu. Mały trening artykulacji i dykcji, można znaleźć na stronie internetowej <https://www.youtube.com/watch?v=w1VSwHDwwko>. Polecam także ćwiczenia kształtujące nie tylko wyrazistość wymowy, ale również pamięć, spostrzegawczość, logiczne myślenie ze strony internetowej <http://www.superbelfrzy.edu.pl/category/gry-edukacyjne/logopedyczne/>. Ponadto poniżej zamieszczony jest opis różnych ćwiczeń, które można wykonywać z dzieckiem, w zależności od dysfunkcji, jaką ono posiada. W przypadku pytań lub jakichkolwiek problemów proszę o kontakt poprzez pocztę elektroniczną:

jaros.i@ssp.palecznica.pl (tel.539527197).

Głoska [k] - *powinna pojawić się w mowie dziecka pomiędzy 2 a 3 rokiem jego życia.*

Jak wywołać głoskę [k]?

- Pokaż dziecku jak sama mówisz **KA – KO – KU – KE – KI – KY** – dbaj, żeby patrzyło jak zachowuje się Twój język, by zajrzało do buzi.
- Podaj dziecku małe lusterko lub usiądź z nim przed dużym – znów Ty mówisz, maluch próbuje naśladować.
- Opowiedz mu jak zachowuje się język, pokaż jego tylną część, pokaż podniebienie miękkie, opowiedz jak powstaje [k]– najprościej jak się da.
- Przytrzymaj czubek języka dziecka szpatułką tuż za dolnymi siekaczami i lekko popchnij w stronę gardła, prosząc, żeby dziecko powiedziało **KA**.
- Za pomocą palca wskazującego lub szpatułki, złap przód języka dziecka i przytrzymaj go tuż za dolnymi zębami. Poproś, by powiedziało **KA**. Jego język będzie chciał unieść przód jak do sylaby [TA], ale przez to, że będziesz go przytrzymywać, uniesie się jedynie jego tylna część i powstanie [KA].
- Ćwiczcie powtarzanie sylab ka,ko,ku itp. na leżąco, z głową mocno odchyloną do tyłu (np. na brzegu łózka) – głowa w tył – język także odrobinę “poleci” ku tyłowi jamy ustnej.
- płuczcie gardło – dokładnie tak samo, jak podczas infekcji robimy to specyfikami na zapalenie gardła. Płuczcie zwykłą wodą, zwracając uwagę, że podczas tej czynności to właśnie tylna część języka “gra” w gardełku dziecka. Uwaga! Róbcie to tylko wtedy, kiedy dziecko potrafi wykonać tę czynność i nie ma obawy, że się zakrztusi. Zawsze musi się to odbywać tylko pod czujnym okiem osoby dorosłej!
- Pijcie gęste musy i miksowane owoce/ warzywa przez szeroką słomkę. Wciąganie tak gęstej konsystencji będzie powodować, że mięśnie grzbietu języka będą bardzo intensywnie pracować.

- “Ziewajcie” przed lustrem z szeroko otwartymi ustami – obserwujcie jak zachowuje się język i podniebienie miękkie.
- Próbuje wymawiać [k] w połączeniu z [ch]– **HAKA, HOKO, HUKU, HEKE, HIKI, HYKI**

Język jest mięśniem, jak każdy inny w ręce, czy nodze. Lepiej ćwiczyć codziennie, regularnie dwa razy po przynajmniej 5-10 minut, niż raz w tygodniu godzinę.

Głoski syczące [s, z, c, dz] - powinny pojawiać się około 3 roku życia dziecka.

1. Przygotowujemy buzię

Podczas artykulacji głosek syczących, język spoczywa na dole jamy ustnej, jego czubek lekko przylega do dolnych ząbków, a boki są lekko uniesione. Wargi są rozciągnięte, jak podczas mówienia samogłoski „iiiiiii”. Pamiętajcie także, że ząbki są delikatnie złączone. I taki układ musimy na początek uzyskać „na sucho” (czyli po prostu pokazać dziecku, jak ta buzia musi być ułożona, żeby udało nam się wypowiedzieć to, nad czym pracujemy).

Ćwiczenia:

- „Ryjki i uśmiechy” – świetne ćwiczenie, podczas którego naprzemiennie wypowiadamy samogłoski [u](mocno ściągamy wargi) oraz [i](szeroko rozciągamy usta). I tak coraz szybciej: u-i-u-i-u-i-u-i...
- Dmuchamy – na świeczkę, piłeczkę, serpentynę, w bańki mydlane, na stateczki na wodzie – podczas dmuchania język układa się właśnie w taką „rynienkę”, jaka jest nam potrzebna do artykulacji.
- Pokazujemy w szerokim uśmiechu wszystkie złączone razem ząbki i zakrywamy je naprzemiennie ustami.

2. Zaczynamy od głoski [S]

Przypominamy dziecku jak musi być ułożona buzia, aby powstała głoska. Próbuje cicho, a potem coraz głośniejszy syczeć jak wąż. Podczas próby przykładamy palec wskazujący poziomo wzdłuż linii warg (to pomoże dziecku przypomnieć sobie jak ułożony ma być w buzi język).

Jeśli dziecko zapomina lub ma trudności z utrzymaniem języka za dolnymi zębami, możemy użyć kawałka nitki i koralika, który zawiązany jest na jej końcu. Wkładamy dziecku nitkę z koralikiem za dolne jedynki i prosimy, żeby złączyło ząbki. Jego zadaniem będzie teraz trzymać język dokładnie tam, gdzie znajduje się w buzi koralik.

Możecie także spróbować bardzo długo wypowiadać głoskę [t]. Podczas jej przedłużonej artykulacji, usłyszycie głoskę [s].

3. Przechodzimy do głoski [z]

Głoska [z], różni się od poprzedniej tylko tym, że jest dźwięczna. Próbuje ją więc wymówić tak jak [s], ale pokazujemy dziecku dźwięczność. Najprościej położyć dłoń dziecka na swojej krtani – poczuje ono wtedy wibrację, a następnie spróbuje powtórzyć.

4. Mamy już [s]i [z], przechodzimy więc do [c]!

Próbujemy powoli, a potem coraz szybciej wypowiadać połączenie: [ts, ts, ts, ts] – i uzyskamy [c]!

5. Ostatnia głoska– [dz].

Głoskę [dz]w łatwy sposób można uzyskać wypowiadając naprzemiennie i coraz szybciej głoski [d]– [z].

Sylaby:

SA SO SU SE SY / ASA OSO USU ESE YSY / AS OS US ES YS

ZA ZO ZU ZE ZY / AZA OZO UZU EZE YZY /

CA CO CU CE CY / ACA OCO UCU ECE YCY / AC OC UC EC YC

DZA DZO DZU DZE DZY / ADZA ODZO UDZU EDZE YDZY

Wyrazy:

SOK SOWA SALA / KOSA LOSY MISA / BUS LOS LIS

ZEGAR ZUPA ZENEK / WAZA KOZA PYZY

CEBULA CUD CEGŁA / KOCYK OWCE PLACEK / NOC PAJAC PIEC

DZWON DZBAN / KOLEDZY PĘDZEL KUKURYDZA PIENIĄDZE

Związki wyrazowe:

KOZA JE OWOCE / CEBULA DLA ZENKA / KOLEDZY LISA

Zdania:

SPRYTNY LIS SPOTKAŁ WESOŁĄ SOWĘ / KOLEDZY CELINY JEDZĄ PLACEK Z OWOCAMI

Głoski szumiące SZ, RZ, CZ i DŹ - wymagają bardzo sprawnych narządów artykulacyjnych. Powinny się one pojawić w mowie dziecka pomiędzy 4 a 5 rokiem życia.

Podczas ich wypowiadania ważne są trzy zasady:

1. Czubek języka podnosi się i zbliża prawie dotykając wałka dziąsłowego.

2. Ząbki są złączone (ale nie zaciśnięte).

3. Usta układają się w ryjek.

1. Ćwiczenia pionizacji języka – wszelkie zabawy, które wymagają ponoszenia języka w górę (choćby po milimetrze, coraz wyżej):

- Liczenie językiem górnych ząbków.
- Oblizywanie słodkiego dżemu lub miodu z posmarowanej nim górnej wargi.
- Malowanie podniebienia językiem.
- Zdrapywanie czubkiem języka wafelka lub opłatka przyklejonego na wałek działkowy.

2. Ćwiczenia na mięsień okrężny ust:

- Posyłanie jak najmocniejszych całusków.
- Zabawa w rybkę i naśladowanie jej miny.
- Kóleczek z druczika lub kartonu – tworzymy kóleczek, które przykładamy do ust tak, aby składając się one w ryjek, zmieściły się w otworze.
- Naprzemienne wypowiedzianie samogłosek U oraz I.

Ćwiczenia w kolejności: sylaby, wyrazy, zdania.

1. SYLABY:

- SZA SZO SZU SZE SZY / ASZA OSZO USZU ESZE YSZY / ASZ OSZ USZ ESZ YSZ
- RZA RZO RZU RZE RZY / ARZA ORZO URZU ERZE YRZY
- CZA CZO CZU CZE CZY / ACZA OCZO UCZU ECZE YCZY / ACZ OCZ UCZ ECZ YCZ
- DŻA DŻO DŻU DŻE DŻY / ADŻA ODŻO UDŻU EDŻE YDŻY /

2. Kiedy opanujecie sylaby, próbujemy z wyrazami :

- SZOPA SZUFLADA SZAPON / KOSZYK MASZTY PUSZKA / MASZ KOSZ BUSZ
- ŻABA ŻONA ŻUK / KORZENIE MARZENA PARZY
- CZEKOLADA CZAPKA CZOSNEK / KOCZEK PĄCZEK BLUZECZKA / APACZ LECZ MIECZ
- DŹDŹOWNICA DŻEM DŻOKEJ / DROŹDŹÓWKA DROŹDŹE DŹDŹYSTO

3. Zdania i wierszyki:

- SZARA MYSZ NOSI KOSZ Z SZYSZKAMI
- ŻABA MARZENA MA MEŻA ŻUKA
- CZARNA CZAPLA CZEKA NA PĄCZKA Z CZEKOLADĄ
- DŹDŹOWNICA ĆWICZY Z DŻOKEJEM DŻUDO W DŻUNGLII

Głoska [r] - powinna pojawić się około 5 roku życia dziecka.

Ćwiczenia języka:

- Nagryzanie brzegów języka zębami, czyli masowanie i rozciąganie języka.
- Wysunięcie przedniej części języka między zęby i delikatne żucie go, tzn. masaż języka.
- Przeciskanie języka przez maksymalnie zbliżone do siebie zęby, tj. masowanie języka.
- Wsuwanie szerokiego języka z ust - zabawa pokaż łopatę.
- Odklejanie językiem chrupek kukurydzianych lub opłatka z podniebienia.
- Klaskanie czubkiem języka o podniebienie twarde, od najwolniejszych uderzeń po najszybsze - zabawa jedzie konik.
- Wielokrotne odrywanie języka przyklejonego całą powierzchnią - do podniebienia - zabawa w mlaskanie.
- Zlizywanie z przedniej części podniebienia twardego przyklejonego kawałka czekolady, kropli miodu, odrobiny dżemu lub opłatka.
- Naśladowanie lub ssanie prawdziwego cukierka czubkiem języka.
- Przytrzymanie paska papieru wargami, a następnie zdmuchiwanie go z ust.
- Szybkie wypowiedanie głoski [l].
- Szybkie i kilkukrotne wybrzmiewanie ly z językiem uderzającym o górną wargę.
- Energiczne, wielokrotne wybrzmiewanie:

te, te, te, ty, ty, ty, de, de, de, dy, dy, dy.

- Naśladowanie różnych odgłosów:

rybki - plum, plum,

indyka - gul, gul,

bociana - kle, kle,

chodaków - klap, klap,

mycia - chlapu, chlapu,

jazdy konnej – patataj.

- Śpiewanie różnych melodii na sylabach:

la, la, la, lo, lo, lo, le, le, le, lu, lu, lu, ly, ly, ly.

- Coraz szybsze wypowiedanie zbitki sylabowej *la lo lu le*.
- Szybkie kilkukrotne powtarzanie:

nalapatada,

nolopotodo,

nelepetede,

nuluputudu,

nylypytydy.

- Coraz szybsze i wielokrotne wypowiedzianie zbitki **bd**.
- Powtarzanie ze stopniowym przyspieszaniem:

bda, bdo, bde, bdu, bdy,

pta, pto, pte, ptu, pty,

bda – pta,

bdo – pto,

bde – pte,

bdu – ptu,

bdy – pty.

- Przyspieszone wielokrotne wybrzmiewanie:

tedamwa,

tat tedat,

ente dente,

lelum polelum,

ble, bla,

tla, tlo, tlu.

- Podczas szerokiego otwierania jamy ustnej, unoszenie czubka języka do podniebienia a następnie szybkie i wielokrotne wymawianie przytępionych głosek: [t] [d] oraz zbitek spółgłoskowych *td, tdn*, a także zbitek sylabowych:

teda – teda,

tede – tede,

tedo – tedo,

tedu – tedu,

tedy – tedy.

- Mocne akcentowanie [t] podczas wybrzmiewania zbitek tll, tll, tll, trl najpierw szeptem, a potem głośno.

- Powtarzanie szeptem, a następnie głośno:

la, la, la, trla,

lo, lo, lo, trlo,

lu, lu, lu, trlu,

!e, le, le, trle,

ly, ly, ly, trly,

li, li, li, trli.

- Szeptem i głośno wypowiedzenie trla, trlo, trle, trlu, trly.
- Próby naśladowania odgłosów, zaczynając od szeptu:

śpiewu ptaków - tri li li,

gry na trąbce - tra ta ta, tru tu tu, tre te te,

zepsutego zamka karabinu - tr tr tr, dr dr dr,

warczenia psa - wrr, wrr, wrr,

ruszającego traktora - tur tur tur, tyr tyr tyr, pyr pyr pyr,

odlotu ptaków - fru, fru, fru,

ćwierkania wróbli - ćwir, ćwir,

zatrzymywania konia - pr, pr,

odgłosu świnki - chrum, chrum,

chrapania - chr, chr, chr,

dzwoniącego tramwaju - dryń, dryń,

chrupania - chrup, chrup,

szorowania - szuru, szuru,

zapalania światła – pstryk,

łamania gałęzi – trach.

Ćwiczenia warg

- Naśladowanie odgłosów z otoczenia:

samopoczucia w czasie zimna - brr, brr,

ruszającego motocykla - brum, brum,

parskania konia - prr, prr.

- Energiczne pionowe poruszanie warg bokiem palca.
- Parskanie wargami z językiem wysuniętym między nimi.
- Pionowe ruchy palcami po wargach, naśladowujące grę na gitarze lub harfie.

Ćwiczenia wymagają systematyczności i precyzji.