

Ćwiczenia wspomagające rozwój mowy dziecka

I. Ćwiczenia słuchowe:

Stanowią one bardzo ważną grupę ćwiczeń, ponieważ często opóźnienia czy zaburzenia rozwoju mowy pojawiają się na skutek opóźnień rozwoju słuchu fonemacyjnego/ tzw. słuchu mownego/. Stymulując funkcje słuchowe przyczyniamy się do rozwoju mowy dziecka.

Przykłady dla dzieci młodszych:

1. „ ***Co słyszę?***” – dzieci siedzą z zamkniętymi oczami i nasłuchują, rozpoznają odgłosy dochodzące z sąsiedztwa, ulicy.
2. „ ***Zgadnij, co wydało dźwięk?***” – uderzanie pałeczką w szkło, fajans, metal, kamień, drewno itp. Toczenie różnych przedmiotów po podłodze / np. piłki, kasztana, kamienia/, rozpoznawanie odgłosu przez dzieci.
3. Rozpoznawanie różnych przedmiotów w zamkniętym pudełku po wydawanym odgłosie – groch, kamyki, gwoździe, cukier, kasza itp.
4. Uderzanie o siebie klockami, łyżeczkami, garnuszkami; uderzanie łyżeczką o pustą szklanę, o szklanę z wodą, klaskanie, darcie papieru, gniecie papieru, przelewanie wody(z wysokości, z niska), drapanie po szkle, papierze, stole.
5. Rozpoznawanie głosu, szmeru, źródła dźwięku – miejsca, kierunku, odległości, ilości dźwięków (dużo- mało), głośności (cicho – głośno).
6. Szukanie ukrytego zegarka, radia, dzwoniącego budzika.
7. Rozróżnianie i naśladowanie głosów zwierząt: kota, psa, krowy, kury, koguta, kaczki, gęsi itp.
8. Rozróżnianie odgłosów pojazdów: samochodu, pociągu, motoru, traktora itp.
9. Rozpoznawanie po dźwięku różnych urządzeń domowych, np. odkurzacz, mikser, suszarka, pralka itp.

Przykłady dla dzieci starszych:

1. Wyróżnianie wyrazów w zdaniu. (stawiamy tyle klocków, rysujemy tyle kółeczek, klaszczemy tyle razy ile słów słyszy dziecko w wypowiedzianym zdaniu).
2. Wydzielanie sylab w wyrazach poprzez wystukiwanie sylab, wyklaskiwanie, badanie ile razy opadnie żuchwa / na ręce/ przy wybrzmiewanie sylab.
3. Nazywanie obrazków – dziecko kończy wyraz po pierwszej sylabie wypowiedzianej przez logopedę, nauczyciela, rodzica, a potem odwrotnie – dziecko zaczyna.
4. Dzielenie na sylaby imion dzieci / na początku łatwych/.
5. Wyszukiwanie imion dwu- i trzysylabowych.
6. Wyszukiwanie słów z podaną przez nauczyciela sylabą.
7. Rozpoznawanie określonej sylaby w rozsypance sylabowej, np. ba, pa, ta, da, la, ra.
8. Wyszukiwanie imion rozpoczynających się od samogłoski, następnie od podanej spółgłoski.
9. Wydzielanie spółgłosek nagłosowych przez przedłużanie nagłosu, np. ssssamolot, szszszafa. Przy pomocy ilustracji – wyszukiwanie przedmiotów, których nazwy rozpoczynają się na daną głoskę.
10. Rozróżnianie mowy prawidłowej od nieprawidłowej

II. Ćwiczenia oddechowe:

Ćwiczenia oddechowe poprawiają wydolność oddechową, sprzyjają wydłużaniu fazy wydechowej, co powoduje poprawę jakości mowy. Ćwiczenia prowadzone są najczęściej w formie zabawowej, przy wykorzystaniu różnych środków, np. piórek, piłeczek, wody mydlanej, chrupek, wiatraczków itp. Są także wplatanie w opowieści i zabawy ruchowe.

Przykłady:

1. Wdech nosem (usta zamknięte) i wydech ustami.
2. Dmuchanie na płomień świecy.
3. Dmuchanie na piłeczkę pingpongową, wyścigi piłeczek.
4. Dmuchanie na kulkę z waty, na wiatraczek.
5. Chłodzenie „ gorącej zupy” – dmuchanie ciągłym strumieniem.
6. „ Zdmuchiwanie mlecza” – długo, aż spadną wszystkie nasionka.
7. Chuchanie na zmarznięte ręce.
8. Naśladowanie lokomotywy – wydmuchiwanie „nadmiaru pary” – ffff, szszsz.
9. Naśladowanie balonika – wypuszczanie powietrza z jednoczesnym odgłosem „ ssss”.
10. Nadmuchiwanie balonika.
11. Naśladowanie syreny – „ eu-eu- eu”, „ au-au-au” – na jednym wydechu.
12. Wyścigi chrupek – dmuchanie w parach.
13. Dmuchanie na piórko, aby nie spadło.
14. Liczenie na jednym wydechu.
15. Powtarzanie zdań na jednym wydechu – najpierw krótkich, potem coraz dłuższych.
16. Powtarzanie zdań szeptem.
17. Naśladowanie śmiechu różnych osób:
 - staruszki: che- che- che
 - kobiety – wesołe cha- cha- cha
 - mężczyźni – rubaszne ho- ho- ho
 - dziewczynki – piskliwe, chichotliwe chi- chi- chi.

III. Ćwiczenia motoryki narządów artykulacyjnych:

U większości dzieci z wadą wymowy występuje obniżona sprawność narządów artykulacyjnych / języka, warg, policzków, podniebienia miękkiego/.. Czasem przyczyną wady wymowy są nieprawidłowości w budowie anatomicznej narządów mowy. Przyczyną bywają także, szczególnie u dzieci młodszych, nieprawidłowe nawyki związane z połykaniem lub oddychaniem. Konieczne są w tych wszystkich wypadkach ćwiczenia motoryki narządów mowy oraz ćwiczenia prawidłowego połykania. Optymalną sytuacją byłoby, gdyby ćwiczenia prowadzone były według zaleceń logopedy.

Ćwiczenia tego typu początkowo powinny być wykonywane przy kontroli wzrokowej – przed lustrem, stopniowo przechodząc do ćwiczeń bez kontroli wzroku. Większość ćwiczeń wymaga wielokrotnego powtarzania, więc konieczne jest stosowanie metod zabawowych podczas ćwiczeń oraz zmiany środków używanych przez nauczyciela.

Ćwiczenia warg:

1. Wymawianie na przemian „ a-o” przy maksymalnym oddaleniu od siebie wargi górnej i dolnej.
2. Oddalanie od siebie kątek ust – wymawianie „ iii”.
3. Zbliżanie do siebie kątek ust – wymawianie „ uuu”.
4. Naprzemienne wymawianie „ i – u”.
5. Cmokanie.
6. Parskanie / wprawianie warg w drganie/.
7. Masaż warg zębami (górnymi dolnej wargi i odwrotnie).
8. Dmuchiwanie na płomień świecy, na watkę lub piłkę pingpongową.
9. Układanie ust jak przy wymowie samogłosek ustnych, z wyraźną, przesadną artykulacją warg, np. w kolejności: a-i-o-u-y-e, u-a-i-o-e-y, o-a-y-i-u, e-y-i-o-a-u, u-i-y-a-o.
10. Wymowa samogłosek w parach: a-i, a-u, i-a, u-o, o-i, u-i, a-o, e-o itp.
11. Wsuwanie warg w „ ryjek”, cofanie w „ uśmiech”.
12. Wsuwanie warg w przód, następnie przesuwanie warg w prawo, w lewo.
13. Wsuwanie warg w przód, następnie krążenie wysuniętymi wargami.

Ćwiczenia języka:

1. „ Głaskanie podniebienia” czubkiem języka, jama ustna szeroko otwarta.
2. Dotykanie językiem do nosa, do brody, w stronę ucha lewego i prawego.
3. Oblizywanie dolnej i górnej wargi przy ustach szeroko otwartych / krążenie językiem/.
4. Wsuwanie języka w przód i cofanie w głąb jamy ustnej.
5. Kląskanie językiem.
6. Dotykanie czubkiem języka na zmianę do górnych i dolnych zębów, przy maksymalnym otwarciu ust / zuchwa opuszczona/.
7. Język wysunięty w kształcie grota wykonuje poziome ruchy wahadłowe od jednego do drugiego kąta ust.
8. Rurka – wargi ściągnięte i zaokrąglone unoszą boki języka.
9. Język lekko wysunięty opiera się na wardze dolnej i przyjmuje na przemian kształt „łopaty” i „grota”.
10. Ruchy koliste języka w prawo i w lewo na zewnątrz jamy ustnej.
11. Oblizywanie zębów po wewnętrznej i zewnętrznej powierzchni dziąseł pod wargami. Usta zamknięte.

Ćwiczenia policzków:

1. Nadymanie policzków – „ gruby miś”.

2. Wciąganie policzków – „chudy zajaczek”.
3. Nabieranie powietrza w usta i zatrzymanie w jamie ustnej, krążenie tym powietrzem, powolne wypuszczanie powietrza.
4. Naprzemiennie „gruby miś” – „chudy zajaczek”.
5. Nabieranie powietrza w usta, przesuwanie powietrza z jednego policzka do drugiego na zmianę.

Wprawki dykcyjne:

1. Szybkie, lecz wyraźne wypowiedzianie zdań w trudnych układach spółgłoskowych.
 - Czarny dzięcioł z chęcią pień ciął.
 - Najlepsza Trzepalnia Trzewiczków Trzebyczka 333.
 - Trzmiel na trzosie w trzcinie siedzi, z trzmiela śmieją się sąsiedzi.
 - Nie piszcz kleszczu podczas deszczu!
 - Szczepan Szczygieł z Grzmiących Bystrzyc.
2. Najdłużej na jednym wydechu wypowiedzianie
 - Jedna wrona bez ogona, druga wrona bez ogona, trzecia wrona, itd.
 - Jedna opona zagubiona, druga opona zagubiona, trzecia opona, itd.
 - Jeden konik i balonik, drugi konik i balonik, trzeci konik, itd.
 - Jeden kotek, stary płotek, drugi kotek, stary płotek, trzeci kotek, itd.
2. Recytacja wierszyków ze zbitkami spółgłoskowymi głosek szumiących.

✚ Chrząszcz chrząszczyka,
żując gruszkę,
szczypczykami,
szczypał w nóżkę.

Szczygiełek ze Szczyrku
w Szczawnicy był w cyrku
w Szczytnie znalazł szcnotkę
w Szczecinie zjadł szprotkę.