

Drodzy Rodzice!

Rozwój mowy jest jedną z ważniejszych umiejętności, jaką zdobywa dziecko. Trwa przez wiele lat i przebiega w indywidualnym tempie.

Dziecko, które idzie do pierwszej klasy powinno realizować wszystkie głoski prawidłowo. Zasób słownictwa pierwszoklasisty zazwyczaj jest duży a zdania, które buduje są z reguły poprawne pod względem gramatycznym i logicznym. Jeżeli mowa dziecka jest niezrozumiała, a wada wymowy utrzymuje się należy skontaktować się z logopedą.

Prawidłowa wymowa ma duże znaczenie dla powodzenia w nauce czytania i pisania. Bez względu na przyczynę wystąpienia zaburzeń mowy (wad wymowy) należy podjąć jak najwcześniej działania terapeutyczne. Wczesne wykrycie wady wymowy zwiększa szansę na powodzenie terapii logopedycznej.

Zajęcia logopedyczne prowadzone w szkole mają na celu:

- usprawnianie motoryki aparatu mowy,
- rozwijanie umiejętności mówienia zaburzonych głosek,
- utrwalanie prawidłowych nawyków oddychania,
- rozwijanie słuchu fonematycznego,
- rozwijanie kompetencji językowych.

Częstą przyczyną wad wymowy u dzieci jest obniżona sprawność aparatu artykulacyjnego: języka, warg, podniebienia i żuchwy lub ich niewłaściwe napięcie mięśniowe. Sprawny aparat artykulacyjny jest niezbędny do prawidłowej realizacji dźwięków mowy. Dziecko nie mogąc wykonać precyzyjnych, celowych ruchów narządów mowy nie jest w stanie wypowiedzieć niektórych głosek. Zamienia je wtedy na głoski łatwiejsze artykulacyjnie lub je zniekształca np. głoski „k, g” realizuje jako „t, d”, głoskę „r” realizuje jako „l” jako „j”. Aby artykulacja kształtowała się prawidłowo należy systematycznie ćwiczyć z dzieckiem-krótko, ale codziennie - nie zapominając o dobrej zabawie. Poniżej przykłady ćwiczeń, które wspierają sprawność aparatu mowy.

Ćwiczenia usprawniające motorykę artykulacyjną

Ćwiczenia języka:

- kłaskanie językiem - naśladowanie odgłosu konia,
- dotykanie czubkiem języka górnych zębów od wewnętrznej strony podczas szerokiego otwierania jamy ustnej,
- oblizywanie językiem górnych zębów po wewnętrznej stronie przy zamkniętych ustach,
- naśladowanie mycia zębów językiem przy otwartych ustach,
- przytrzymywanie przez kilka sekund czubka języka na podniebieniu przy szeroko otwartych ustach,
- śpiewanie znanych melodii na sylabach: *la, lo, le*;
- wypychanie językiem policzków.

Ćwiczenia warg:

- cmokanie przy wysuniętych i zaokrąglonych wargach oraz zwartych szczękach,
- wysuwanie zaokrąglonych warg do przodu,
- układanie warg do kształtu ryjka, a następnie do uśmiechu,
- ssanie warg,
- nakładanie jednej wargi na drugą,
- dmuchanie na płomień świecy, skrawki papieru, wiatraczek, piłeczkę pingpongową, piórka.

Ćwiczenia żuchwy:

- opuszczanie i unoszenie żuchwy z otwartymi ustami,
- ruchy żuchwy w każdym kierunku,
- otwieranie ust jak najszerzej,

- żucie gumy.

Ćwiczenia podniebienia miękkiego:

- ziewanie przy nisko opuszczonej żuchwie,
- energiczne wypowiedzianie: *Uku – ugu, oko – ogo, uk – ku, ug – gu, ok. – ko, og – go*,
- przenoszenie małych papierków przy użyciu słomki/rurki,
- picie gęstych napojów przez słomkę/rurkę.

Ćwiczenia prawidłowego oddychania:

- wdychanie i wydychanie powietrza nosem,
- ćwiczenia w pozycji stojącej: wyprost – wdech, skłon – wydech,
- ćwiczenia oddechowe połączone z ćwiczeniami głosowymi: wypowiedzianie samogłosek: *aaa, uuu, eee, iii*.

Ćwiczenia prawidłowo połykania:

- unoszenie całej przedniej części języka, tak aby przykleił się do podniebienia twardego, próba utrzymania języka w tej pozycji przez dłuższą chwilę (język może przytrzymywać chrupkę lub mały cukierek przy podniebieniu), usta dziecka powinny być otwarte, tak aby kontrolować stałą pozycję języka,
- kłaskanie z zwolnionym tempie.

Zachęcam również do korzystanie z materiałów logopedycznych zamieszczonych na stronach internetowych:

- <https://wordwall.net/pl-pl/community?localeId=1045&query=logopedia>
- <https://www.mimowa.pl/>
- <http://www.superbelfrzy.edu.pl/category/gry-edukacyjne/logopedyczne/>

Logopeda – Magdalena Cisek

