

Doskonalenie wymowy dzieci

- ćwiczenia usprawniające język, wargi i podniebienie

Mowa odgrywa ważną rolę w kontaktach człowieka z innymi ludźmi. Dzięki rozumieniu mowy dziecko ma możliwość poznawać otaczający świat, a umiejętność mówienia pozwala na wyrażanie siebie: swoich spostrzeżeń, uczuć, pragnień itp. Niezbędnym warunkiem komunikatywnej wypowiedzi jest właściwa artykulacja głosek, np. niewyraźna wymowa zamazuje treść. Zaburzenia i wady wymowy wpływają i utrudniają osiągnięcie sukcesów, stwarzają kłopoty i narażają na niepowodzenia. Dlatego powinno się jak najszybciej- już w wieku przedszkolnym, rozpocząć świadome usprawnianie wymowy i przeciwdziałać jej wszelakim zaburzeniom.

Rozwijaniu i doskonaleniu wymowy służą ćwiczenia ortofoniczne, do których zalicza się min. ćwiczenia usprawniające narządy mowy pozwalające wykształcić: zręczność, świadomość i celowość określonych ruchów artykulatorów: zuchwy, języka, warg oraz podniebienia miękkiego. W przypadku dzieci przedszkolnych ćwiczenia aparatu artykulacyjnego mają za zadanie nie tylko usprawnić pracę artykulatorów i wyrobić wrażliwość miejsc oraz ruchów w jamie ustnej, istotnych dla prawidłowego wymawiania różnych dźwięków, ale także wyuczyć prawidłowego połykania dzieci, które mają z tym problemy. Zabawy z ćwiczeniami usprawniającymi narządy mowy łączy się z ćwiczeniami oddechowymi i fonacyjnymi. Zatem gimnastyka usprawniająca motorykę narządów mowy sprzyja usuwaniu wielu wad wymowy, a u dzieci bez problemów doskonali sprawność mięśni, od których zależy poprawność wymowy.

Poniżej podaję przykłady ćwiczeń, które możemy wykonywać z dzieckiem nie tylko w przedszkolu ale również w domu, wykorzystując naturalne sytuacje.

Ćwiczenia języka:

- ✓ Wylizanie talerza językiem jak kotek,
- ✓ Lizanie lizaka z unoszeniem języka ku górze,
- ✓ Liczenie górnych zębów po myciu- dotykanie czubkiem języka,
- ✓ Słoń wyciąga trąbę- wyciąganie języka na brodę,
- ✓ Kotek pije mleko- wyciąganie i chowanie języka,
- ✓ Sięgamy czubkiem języka na przemian do lewego i prawego policzka,
- ✓ Żyrafa- dotknij językiem nosa,
- ✓ Chomik- wypychanie policzka językiem, raz z prawej, raz z lewej strony,
- ✓ Konik jedzie –kląskanie językiem,
- ✓ Unoszenie szerokiego języka za górne zęby,
- ✓ Winda –poruszanie językiem raz do dołu raz do góry z otwartą buzią,
- ✓ Masaż języka przez wsuwanie i wysuwanie go przez zbliżone zęby,
- ✓ Malarz maluje sufit- przesuwanie języka po podniebieniu, zaczynając od zębów w stronę gardła,
- ✓ Łopatka-szerokie rozkładanie języka wysuniętego do przodu,
- ✓ Przyssanie języka do podniebienia i mlaskanie,
- ✓ Koci grzbiet z języka wewnątrz jamy ustnej,
- ✓ Parskanie konia- umieszczony między wargami czubek języka wprawiamy w ruch,
- ✓ Jemy cukierka- przy zamkniętych ustach język wykonuje określone ruchy po wewnętrznej stronie warg i policzka,

Ćwiczenia usprawniające wargi:

- ✓ Drzwi- wargi to nasze drzwi do domu które się otwierają i zamykają,
- ✓ Piesek- chwytanie ustami np. chrupek, kawałków chleba,
- ✓ Balonik- nadymanie policzków, usta ściągnięte,
- ✓ Całuski- posyłanie buziaków, wysuwamy wargi do przodu i cmokamy,
- ✓ Granie palcami na wargach,
- ✓ Niejadek- usta wciągnięte w głąb jamy ustnej,
- ✓ Uśmiech- zamknięte zęby i rozciągnięte wargi aby były widoczne zęby,

- ✓ Minki- pokazanie wesołych, smutnych, obrażonych i złych ust ,
- ✓ Masaż warg- nagryzanie górnymi zębami dolnej wargi i dolnymi zębami górnej, nakładanie warg na siebie, zaciskanie,
- ✓ Konik- parskanie wargami- wibracja górnej i dolnej wargi,
- ✓ Ryjek- robimy ryjek i podciągamy górną wargę do nosa,
- ✓ Rybka wypuszcza bąbelki powietrza- ruchy warg,
- ✓ Ssanie górnej wargi, a potem dolnej,
- ✓ Kto silniejszy?- siedząc naprzeciwko, trzymamy ustami kartkę i każdy ciągnie w swoją stronę.

Ćwiczenie podniebienia miękkiego:

- ✓ Ziewanie z opuszczoną nisko dolno szczęką,
- ✓ Kaszlenie z wysuniętym na zewnątrz językiem,
- ✓ Chrząkanie,
- ✓ Chrapanie na wdechu i wydechu,
- ✓ Płukanie gardła tzw. gulgotanie,
- ✓ Ale dobre- zamykamy usta i udajemy, że jemy coś dobrego,
- ✓ Aromatyczny zapach-wdech przez nos i wydech przy szeroko otwartych ustach,
- ✓ Wciąganie policzków,
- ✓ Zasznurowane usta- ćwiczenie oddychania (wdech i wydech) wyłącznie przez nos,
- ✓ Zatkany nos- przy zaciśniętym nosie wdychamy i wydychamy powietrze ustami.

opracowanie mgr Jolanta Krzcińska