**Domowe zabawy logopedyczne**

Zanim przejdziemy do tego jak się bawić i w co się bawić z naszymi dziećmi, aby rozwój mowy i wymowy postępował i sprawiał radość musimy wiedzieć, jak kształtuje się jej rozwój w poszczególnych etapach życia dziecka.

**Dziecko 3- letnie**

* mówi dużo i chętnie
* zadaje dużo pytań☺
* potrafi nazywać przedmioty i czynności znajdujące się na obrazku
* rozumie co się do niego mówi, jeżeli jest to związane z jego wcześniejszymi doświadczeniami
* „głośno myśli” podczas wykonywania czynności
* **mowę trzylatka charakteryzuje zmiękczanie głosek np. s, z, c, c, sz, ż, cz, dż , które mogą być zastępowane jest przez ś, ź, ć, dź**
* **zamienia głoskę r na l lub j**
* często w jego mowie brak jest sylaby początkowej lub końcowej wypowiadanych wyrazów
* zniekształca wyrazy
* czasami się jąka lub zacina, zwłaszcza wtedy, gdy jego wypowiedź jest nacechowana silnymi emocjami

Pamiętajmy! Tak jak różne są nasze dzieci, tak różne może być tempo nabywania umiejętności posługiwania się mową. Niektóre dzieci przed ukończeniem 1 roku znają kilka słów, a inne zaczynają mówić w wieku 18 miesięcy, jeszcze inne mając prawie 3 lata posługują się tylko kilkoma wyrazami.

**Dziecko 4- letnie**

* nasz maluch przestaje być maluszkiem ☺, zwiększa się jego aktywność ruchowa, pojawiają nowe doświadczenia, a co za tym idzie zaczyna rozumieć i wykonywać trudniejsze polecenia typu „połóż buty na półce”, „włóż klocki do pudełka”
* zadaje mnóstwo pytań ☺
* rozpoznaje kolory
* potrafi już opowiedzieć o tym co było albo o tym co będzie
* w mowie pojawia się dużo neologizmów typu: „naprawiacz” to ktoś kto coś naprawia
* **głoski s, z, c, dz zaczynają być realizowane twardo, bez zmiękczeń**
* **głoska r może być zastępowana przez głoskę l lub odwrotnie – „rak” może brzmieć jak „lak”, a „lalka” jak „rarka”**
* **mogą pojawiać się już głoski sz, ż, cz, dż lub być zastępowane przez s, z, c, dz**

**Dziecko 5-letnie**

* dziecko w swojej mowie posługuje się całymi zdaniami
* wypowiedzi bywają wielozdaniowe
* w wymowie dokonuje autokorekty
* **wszystkie głoski zaczynają być realizowane prawidłowo (wyjątkiem może być głoska r)**
* pięciolatek dobrze radzi sobie z analizą sylabową i głoskową wyrazów
* wyodrębnia głoski w wyrazie zwłaszcza w nagłosie, czyli na początku wyrazu
* zaczyna rozpoznawać litery i cyfry

**Dziecko 6-letnie**

* **jeżeli mowa dziecka do tej pory rozwijała się prawidłowo to nasz 6-latek potrafi wymówić prawidłowo wszystkie głoski**

O prawidłowym rozwoju mowy dziecka możemy mówić wtedy, gdy:

* mówi dużo i wyraźnie
* rozumie co się do niego mówi
* wypowiada wszystkie głoski poprawnie
* wypowiedzi dziecka są gramatycznie poprawne
* mowa jest swobodna i melodyjna
* dziecko mówi czystym głosem (nie nosowo)
* zachowana jest intonacji
* dziecko nie jąka się
* język w czasie wypowiedzi układa się prawidłowo w jamie ustnej, czyli przeważnie centralnie (nie na boki) i nie wchodzi między zęby

Wczesna profilaktyka:

* Należy jak najwięcej mówić do dziecka podczas zabiegów pielęgnacyjnych, zabaw, codziennych czynności i spacerów-każda sytuacja jest dobra
* Dostarczać bodźców dźwiękowych, śpiewać, nucić piosenki, słuchać bajek dźwiękowych i uspokajającej lub ożywiającej (zależnie od potrzeb) muzyki.
* Należy obserwować dziecko czy i jak reaguje na dźwięki z otoczenia. Ponieważ dobry słuch jest warunkiem rozwoju mowy, należy zwracać uwagę czy dziecko odwraca głowę w kierunku źródła dźwięku, reaguje na odgłos dzwonka lub telefonu.
* Rozwojowi mowy sprzyja karmienie piersią, ponieważ ssanie to najlepsze w tym okresie ćwiczenie języka i warg. Podczas zaspakajania potrzeb pokarmowych niemowlę uaktywnia cały narząd artykulacyjny. Zaburzenie ssania, połykania i żucia zwykle poprzedzają zaburzenia mowy.
* W dzieciach drzemie naturalna skłonność do mówienia, nie należy jej tłumić swoim nadmiernym gadulstwem lub wyręczaniem dziecka w mówieniu. Czasem wystarczy obojętność, cierpka uwaga, brak zrozumienia i czasu na wysłuchanie tego, co dziecko ma nam lub komuś do powiedzenia, aby zahamować ten proces.
* Jeżeli dziecko źle wymawia jakąś głoskę nie należy kazać powtarzać wyrazów zawierających tę głoskę, ponieważ to tylko utrwala złą wymowę. Dziecko nieprzygotowane pod względem artykulacyjnym, niedostatecznie różnicujące słuchowo dźwięki mowy, a zmuszane do artykulacji zbyt trudnych dla niego głosek często zaczyna je zniekształcać, wymawiając nieprawidłowo. Utrwalone złe nawyki mowne dziecka trudno jest później skorygować i wydłuża to czas terapii logopedycznej.
* Wypowiedzi osób dorosłych powinny być poprawne bez zmiękczeń.
* Jeżeli zauważono u dziecka opóźniony rozwój mowy warto wybrać się do logopedy i pomyśleć o zapisaniu dziecka do przedszkola lub na zajęcia o zwiększonej ilości kontaktów z innymi dziećmi. Wpływ grupy rówieśniczej mobilizuje do mówienia, a zabawa stwarza sprzyjające sytuacje aktywizujące spontaniczną mowę dziecka.

Zabawa jest najlepszym sposobem rozwijania komunikacji dziecka w wieku przedszkolnym oraz terapii wad mowy. Rodzice, opiekunowie dziecka mogą bardzo efektywnie wpływać na proces terapii mowy i wymowy poprzez codzienne zabawy z dzieckiem w domu.

Co będzie nam potrzebne?

* miła, pełna akceptacji atmosfera
* dobry humor
* troszeczkę czasu, wystarczy kilka minut….

Zaczynamy!

ĆWICZENIA ODDECHOWE

Ćwiczenia oddechowe są bardzo ważne w terapii logopedycznej, działają stymulująco na ogólny rozwój dzieci. Są zawsze wstępem do pracy nad poprawną wymową. W warunkach domowych Rodzice mogą również aranżować zabawy oddechowe w taki sposób, aby ćwiczenia nie były jednostajne i nudne. Będą one świetnie urozmaicać czas spędzany wspólnie z dzieckiem.

* powinny być wykonywane codziennie, ponieważ systematyczność ma duże znaczenie
* dziecko podczas takich zabaw powinno być rozluźnione i spokojne
* nie wykonujemy ćwiczeń oddechowych wtedy, gdy dziecko np. ma katar, źle się czuje, jest przeziębione

Przy tego typu ćwiczeniach możemy i nawet powinniśmy korzystać z własnej fantazji i chęci do zabawy używając wszystkiego tego co tylko można uruchomić, przesunąć, poruszyć własnym wydechem ☺ np. piórka, wiatraczki, drobne ścinki papieru, piłeczki pingpongowe, nakrętki po napojach itp.

**Przykłady ćwiczeń**

1. dmuchanie na zabawki pływające po wodzie w czasie kąpieli (mogą być wykonane samodzielnie, np. z nakrętek po napojach lub papieru)… plastykowa mydelniczka może być wspaniałym statkiem pirackim
2. dmuchanie na drobne kawałeczki papieru-cudownie imitują śnieg lub deszcz… jeśli jest ich wiele mamy dodatkowy bonus w postaci ćwiczeń usprawniających również naszą motorykę całego ciała ponieważ sprzątanie w tym wypadku nas nie ominie☺
3. dmuchanie na świecę tak, aby nie zgasła
4. robienie bąbelków w szklance z wodą przy użyciu słomki
5. jednostajne dmuchanie do miseczki z wodą, aby w wodzie robił się dołek
6. robienie baniek mydlanych
7. dmuchanie na kartkę papieru trzymaną w dłoni tak, aby odchylała się pod tym samym kątem
8. dmuchanie na samochodzik resorowy, tak aby poruszał się po trasie wyznaczonej na stole lub dywanie
9. wykonywanie „dmuchanych obrazków” (kartka z plamą farby, którą dziecko rozdmuchuje przy pomocy słomki)
10. …………….i tu niech poniesie nas wyobraźnia☺przez chwilkę stańmy się dziećmi i poczujmy jak miło jest strzelić gola piłeczką pingpongową do bramki wykonanej z pudełka po butach i ustawionej na stole w kuchni

ĆWICZENIA USPRAWNIAJĄCE APARAT ARTYKULACYJNY

Ćwiczenia przeznaczone są dla dzieci z obniżoną sprawnością w zakresie motoryki i czucia ułożenia narządów artykulacyjnych. Celem ćwiczeń jest usprawnianie aparatu artykulacyjnego.

* ćwiczymy krótko, ale jak najczęściej np. przed myciem zębów, w samochodzie podczas drogi powrotnej z przedszkola, w wannie…. możemy to robić w każdym miejscu i w każdej chwili☺
* wszystkie ćwiczenia wykonujemy rytmicznie, w wolnym tempie
* każde z ćwiczeń powtarzamy od 3 do 5 razy
* na samym początku wdrażania i utrwalania ćwiczeń powinniśmy wykorzystywać lusterko, które ma pomóc dziecku w autokontroli

Ćwiczenia języka

* przesuwanie języka od kącika do kącika warg przy szeroko otwartej buzi
* unoszenie języka do górnych i dolnych zębów
* oblizywanie warg ruchem okrężnym
* przyklejanie języka do podniebienia i np. liczenie do 5
* wypychanie językiem policzków
* wyrzucanie języka na brodę naprzemiennie z sięganiem językiem do nosa
* kląskanie-przyklejanie grzbietu języka do podniebienia
* oblizywanie wewnętrznej i zewnętrznej strony zębów (ruch okrężny)

Ćwiczenia warg

* ściąganie ust w dziubek
* rozciąganie kącików ust-szeroki uśmiech
* obrysowywanie kształtu ust np. lodem, zimną łyżeczką
* cmokanie
* dmuchanie
* parskanie
* nadymanie policzków-baloniki
* zakładanie wargi jedną na drugą

Ćwiczenia podniebienia miękkiego

* ziewanie
* chrapanie na wdechu i wydech
* kaszel z językiem wysuniętym na zewnątrz jamy ustnej
* wymawianie sylab typu ak, aka, ka, oko
* naśladowanie odgłosów płukania gardła
* chuchanie

Ćwiczenia żuchwy

* żucie
* wykonywanie ruchów poziomych (na boki) z rozchylonymi i zamkniętymi wargami, naprzemiennie
* ruchy do przodu i do tyłu
* unoszenie i opuszczanie żuchwy

Polecane pomoce:

* „Plamki kropki, kropelki” – I. Jackowska, I. Rutkowska-Błachowiak
* „Cmokaj, dmuchaj, parskaj, chuchaj” – K. Szłapa
* „Dlaczego ziewa hipopotam” – E. Morkowska
* „Uczymy się chuchać, dmuchać i oddychać prawidłowo” – E. Morkowska
* Kanał na YouTube – „Idealna Mama”, w szczególności: <https://youtu.be/0Q7p-6QS88Y>
* Kanał na YouTube – „Mówi Aga”, w szczególności: <https://youtu.be/JmlWtzAdFe0>
* Ćwiczenia usprawniające aparat mowy – Rysopisy <https://www.facebook.com/rysopisysketchnoting>

Zebrała i opracowała: Małgorzata Cierpka-Prokopowicz – logopeda P150