

ĆWICZENIA LOGOPEDYCZNE ;)

CZYLI OKAZJA DO WSPÓLNYCH ZABAW

mgr Aneta Miśkiewicz – neurologopeda w MZPPP w Kielcach

GDY DZIECKO „ŹLE” MÓWI...

- zaburzony rozwój mowy dziecka to częsta przyczyna zmartwień rodziców, którzy zachodzą w głowę, dlaczego ich pociecha nie rozmawia z rówieśnikami, nie inicjuje kontaktów słownych, posługuje się głównie gestami, prezentuje mały zasób słownictwa albo nie mówi wcale.
- Zdolność mówienia to skomplikowany proces, który obejmuje nie tylko umiejętność artykulacji dźwięków, ale też rozumienie mowy i szereg czynności, zachodzących w mózgu.
- **Mowy musi nauczyć się każde dziecko** – to podstawa kształtowania się osobowości, kontaktów społecznych i sfery emocjonalnej.

MĄDRA AKCEPTACJA SPRZYJA KOMUNIKACJI

- Rozwój mowy zależy nie tylko od struktur mózgowych, czynników genetycznych, ale też stymulacji środowiskowej dziecka do mówienia, kontaktu z rówieśnikami i mówiącymi dorosłymi. Skoro tak, to bierzemy się do pracy...
- Prawidłowy rozwój mowy to nie tylko zadanie dla dziecka.
- To także wyzwanie dla rodziców, którzy mają stymulować zdolności językowe swoich pociech, by w przyszłości mogły swobodnie komunikować się z otoczeniem, mówić o swoich uczuciach, opowiadać, uczyć się i odnosić sukcesy w szkole

NA POCZĄTEK...

- Zachęcaj dziecko do samodzielnych wypowiedzi, nie przerywaj, wykazuj cierpliwość oraz stosuj pochwały za postępy.
- Nie poprawiaj każdego błędnego zdania, gdyż może to powodować frustrację, zamknięcie i wycofanie się dziecka.
- Nie nakazuj odpowiadania pełnym zdaniem, zwłaszcza na początku rehabilitacji, przecież zdolności dziecka mogą być w znacznym stopniu ograniczone...
- Nie stawiaj wygórowanych wymagań, to może zniechęcać ☹
- Motywuj dziecko do rozwoju komunikacji – czasami „poudawaj”, że nie rozumiesz. Dziecko poszuka językowego sposobu abyś zrozumiał ;))

Postępuj w zgodzie z ogólnymi zasadami naturalnego nabywania języka

- **Warto więc dowiedzieć się jak przebiega prawidłowy rozwój mowy...**
- Początkowo dziecko komunikuje się z otoczeniem za pomocą krzyku, po którym można rozpoznać jego potrzeby.
- Okolo 7-8 miesiąca życia dziecko zaczyna reagować na mowę, doskonale rozróżnia melodię mowy, tzn. na podniesiony ton reaguje płaczem, a na mowę cichą, pieszczotliwą reaguje uśmiechem, jest zadowolone.

Okolo 10 miesiąca życia pojawiają się eholalie. W okresie tym dziecko zaczyna przejawiać tendencję do powtarzania własnych i zasłyszanych słów. Dziecko zaczyna kojarzyć wielokrotnie powtarzane dźwięki ze wskazywaniem odpowiedniej osoby lub przedmiotu.

Okolo 12 miesiąca życia dziecko zaczyna rozumieć, co do niego mówimy, reaguje na swoje imię, jest w stanie zrozumieć więcej niż samo potrafi powiedzieć. Pojawiają się pierwsze wyrazy wypowiedane ze zrozumieniem.

TAK POWINNO BYĆ...

- Pojawiają się wyrazy takie jak: mama, tata, papa, papu. Dziecko początkowo upraszcza budowę słów wymawiając pierwszą sylabę lub końcówkę wyrazu, np. miś- „mi”, daj- „da”, jeść/pić – „am”...
- Między 14-15 miesiącem życia dziecka, następuje rozkwit wymawianych przez dziecko pojedynczych wyrazów. Jest to spowodowane burzliwym rozwojem ruchowym, jak i umysłowym dziecka.
- Dziecko zaczyna chodzić, następuje rozwój spostrzegania i pamięci dziecka, a także intensywne poznawanie otaczającego świata i nazywanie przez dziecko interesujących go przedmiotów i zjawisk.

PRAWIDŁOWY ROZWÓJ MOWY...

- Między 2 a 3 rokiem życia następuje rozkwit mowy dziecka. Dziecko zaczyna budować zdania. Początkowo są to zdania proste, które są złożone z dwóch, trzech wyrazów, następnie przechodzi w wypowiedzi dłuższe, cztero – pięcio - wyrazowe.
- Pierwsze zdania są twierdzące, a następnie pojawiają się zdania pytające i rozkazujące. Dziecko używa przede wszystkim rzeczowników, czasowniki początkowo używane są w formie bezokolicznika. Przypadki są używane często niepoprawnie. Dziecko nie potrafi jeszcze wypowiadać poprawnie wszystkich głosek - głoski trudne, są zastępowane głoską łatwiejszą.
- Dziecko słyszy błędnie wypowiedziane słowa i poprawia je (pojawia się autokontrola słuchowa). Świadczy to o różnicowaniu słuchowym prawidłowej, jak i nieprawidłowej wymowy słów. Na tym etapie mowa dziecka jest zrozumiała nie tylko dla najbliższych, ale także dla otoczenia.

W tym okresie dziecko wypowiada prawidłowo spółgłoski: p, b, m, f, w, k, g, h, t, d, n, l, oraz samogłoski ustne: a, o, u, e, y, i, a, czasem nosowe: ą, ę. Pod koniec tego okresu pojawia się: s, z, c, dz, które wcześniej było zastępowane przez dziecko: ś, ź, ć, dź.

...PRAWIDŁOWY ROZWÓJ MOWY

- Dziecko 4 letnie, potrafi już mówić o przeszłości i przyszłości. Zadaje mnóóóóstwo pytań ;)
- Dziecko 5 letnie - mowa w tym wieku powinna być zrozumiała a wypowiedzi dziecka wielozdaniowe. A więc opowiada, dialoguje patrząc nam w oczy, dostosowuje swoje wypowiedzi do danej sytuacji społecznej...
- Należy pamiętać, że każde dziecko rozwija się we własnym, swoistym tempie i niewielkie opóźnienia rozwoju mowy nie powinny być powodem do niepokoju – NIEWIELKIE, czyli nie powinny przekraczać 6 miesięcy...

WSPARCIE...

- Okres swoistej mowy dziecięcej – trwa od 3 do 7 roku życia. Dziecko potrafi swobodnie rozmawiać, utrwalają się głoski syczące i szumiące oraz pojawia się głoska „r”. Czasami dziecko może przestawiać litery albo sylaby w wyrazach, ale ogólnie mowa dziecka staje się całkowicie zrozumiała dla otoczenia.
- Powyższy schemat stanowi pewne uproszczenie, które można zawrzeć w cyklu: gaworzenie w 6. miesiącu życia – pojedyncze wyrazy w pierwszym roku życia – proste zdania w drugie urodziny – zdania rozwinięte w [3 urodziny](#) – dłuższe wypowiedzi w czwartym roku życia dziecka. Dziecko zwykle wyrównuje braki w mówieniu, jeśli otoczmy malucha wsparciem oraz zaoferujemy pomoc logopedyczną.

CO ROBIĆ W DOMU, GDY DZIECKO NIE MÓWI TAK JAK POWINNO?

- Rozmawiaj z dzieckiem i pozwól na swobodne wypowiedzi - nie dokańczaj, nie uprzedzaj, nie pośpieszaj, nie krytykuj i nie wyśmiewaj - słuchaj, co dziecko do Ciebie mówi, ale nie zmuszaj do rozmowy, gdy nie ma na to ochoty
- Nie poprawiaj dziecka bezpośrednio tzn. Kiedy dziecko powie „to jest tuto”. Ty powiedz „tak to jest auto” i jeszcze dodaj „to auto jest czerwone”
- Układaj z dzieckiem rymowanki
- Ucz na pamięć prostych wierszyków często je czytając
- Bawcie się w zagadki
- Czytaj bajki - pozwalaj dziecku dokańczyć zdania
- Bawcie się w mowę z wydłużonymi samogłoskami (moooja laaalkaaa iidzieeee spaać)
- Czasem rozmawiajcie szeptem.

ZANIM ROZPOCZNIESZ ĆWICZENIA...

- Zanim zaczniesz mówić do dziecka upewnij się, że Cię słucha...
- Zwróć jego uwagę...na zadanie, stosuj pytania naprowadzające, pomocnicze
- Podziel zadanie na etapy
- Ogranicz nadmiar bodźców zakłócających wykonanie określonego zadania: słuchowych i wzrokowych (TV, radio, nadmiar zabawek...)
- Dostosuj tempo pracy do możliwości dziecka. Organizuj krótkie przerwy.
- Zmieniaj rodzaje aktywności/zabawy (pamiętaj o wzmożonej męczliwości swojego dziecka)
- **Aby mogło się pojawić naśladowanie wypowiedzi, dziecko musi mieć wypracowane wspólne pole uwagi słuchowej i wzrokowej .**

TRUDNOŚCI W ROZUMIENIU POLECEŃ

- Pamiętaj o trudnościach z jakimi mierzy się Twoje dziecko – ma problemy z pamięcią, słuchaniem, mówieniem i rozumieniem komunikatów złożonych...
- Szczególnie zwróć na to uwagę podczas komunikowania się z dzieckiem w niekorzystnych warunkach akustycznych (podwórko, telewizor/radio w tle, wiele osób mówiących jednocześnie).
- Mów wyraźnie, wydawaj krótkie polecenia i zadawaj pytania naprowadzające.
- Akcentuj swoje wypowiedzi gestami naturalnymi.
- Zachęcaj dziecko do kontaktu z rówieśnikami, idź z nim na plac zabaw, zapisz do przedszkola lub żłobka, by „zmusić” malucha do komunikowania się z innymi.

ZACZYNAMY... PO PIERWSZE ĆWICZENIA SŁUCHOWE

- Koncentruj uwagę dziecka na wszelakich bodźcach słuchowych
- Kształtuj umiejętność różnicowania dźwięków, rozpoznawanie głosów przyrody
- Wykorzystuj spacerowanie na wyszukiwanie odgłosów zwierząt, szum deszczu, dźwięków ulicy – nazywaj wszystko, pokazuj i naśladować razem z dzieckiem
- Zamknijcie oczy i spróbujcie odgadywać co słyszycie – na podwórku i w pomieszczeniu...
- Bawcie się w rozpoznawanie odgłosów wydawanych przez upadające lub uderzające o siebie przedmioty (kredka, klucz, klocek, szklanka, łyżeczka itp.)
- Przesypuj piasek, kaszę, groch i pytaj – co usłyszałeś?
- Wykorzystuj w ćwiczeniach nagrania dźwięków wydawanych przez instrumenty perkusyjne
- Ćwicz lokalizację dźwięków (skąd dźwięk dochodzi)...okazja do wspólnych zabaw ;)
- Bawcie się w muzykantów...wybijajcie rytmy i układy rytmów...

PO DRUGIE - GIMNASTYKA BUZI I JĘZYKA ;)

- Bawcie się !!!
- Cmokanie, robienie dziubka, nadymanie policzków, unoszenie języka do podniebienia przy otwartej buzi, wodzeniem języka do lewego do prawego kącika ust przy otwartej buzi
- Prychanie, kląskanie, przesuwanie języka po ząbkach tzw. liczenie językiem zębów,
- Układanie języka w kształt łyżeczki, łopatki...
- Dmuchanie przy ściągniętych ustach, zdmuchiwanie kawałków papieru z gładkich powierzchni
- Dmuchanie ciągłym strumieniem np. do miseczki z wodą
- Dmuchanie na wiatraczek
- Chuchanie na szybę lub lusterko...
- Róbcie wszystko co podpowie Wam wyobraźnia i wprawi w ruch aparat artykulacyjny dziecka
- Zwróćcie uwagę na to co i jak je dziecko (odgryzanie kęsów, żucie, przełykanie...)
- Pamiętajcie, że miejsce języka jest w buzi ;) nigdy między zębami...

PO TRZECIE - ĆWICZENIA W MÓWIENIU... CZYLI PROGRAMOWANIE JĘZYKA

- Programowanie języka obejmuje cztery etapy, które pokonujemy wraz z dzieckiem po kolei. Stymulacji mowy towarzyszyć muszą ćwiczenia ogólnorozwojowe! Ważne, by w trakcie programowania języka u dziecka stymulować zarówno lewą, jak i prawą półkulę mózgu (tzw. ćwiczenia prawo- i lewo- półkulowe).
- Profesor Cieszyńska uznaje, że programując język “dajemy” dziecku niemówiącemu słowa, pokazujemy jak je odmieniać oraz w jaki sposób łączyć w zdania. *“Innymi słowy, logopeda wykorzystuje skonstruowany język do zbudowania w umyśle dziecka językowego obrazu świata*”*.
- **Dla kogo przeznaczone jest programowanie języka?** Dla dzieci z brakiem lub opóźnieniem rozwoju komunikacji językowej.

ETAPY PROGRAMOWANIA JĘZYKA... KROK PO KROKU DO WYKONANIA W DOMU :)

- **Etap I:** samogłoski i wykrzyknienia, wyrażenia dźwiękonaśladowcze.
- Na tym etapie ćwiczenia należy zacząć od samogłosek, wyrazów dźwiękonaśladowczych i sylab otwartych - dziecko będzie mogło opisywać świat z pomocą właśnie tych elementów.
- Najpierw przypisujemy każdej samogłosce oraz sylabie znaczenia w komunikacji, np.: aaaa – „ śpi”, eee – „ płacze”, buu – „boli brzuch”, be – „brudne ręce”... Znaczenie wyrażen dźwiękonaśladowczych łączymy z doświadczaniem świata przez dziecko.
- Rozpoczynamy pracę nad rozumieniem pytań. Sami zadajecie pytania, a następnie sami na nie odpowiadacie (w najprostszy sposób), używajcie samogłosek, wykrzyknień czy sylab dźwiękonaśladowczych, by dać dziecku możliwość powtórzenia.

KROK DRUGI...OD SYLABY DO PIERWSZEGO SŁOWA

- **Etap II:** Ćwiczymy sylaby, słowa dotyczące najbliższego otoczenia (rzeczowniki i czasowniki), wyrazy emocjonalne (wykrzyknienia i wykrzykniki). Budujemy pytania: *kto? co? co robi? gdzie? kogo? co? kogo? czego?* Budujemy schemat zdania.
- Dobór pierwszych słów musi odwoływać się do codziennych doświadczeń dziecka. Proponuję stworzyć razem z dzieckiem Waszą pierwszą „książeczkę - pamiętnik” ze zdjęciami rodzinnymi, zdjęciami domu, wycinkami np. z gazetek reklamowych, w których znajdziecie mnóstwo obrazków do kategorii...
- Nazwamy czynności, które wykonujemy np.: „je”, „pije”, „śpi”, „daje”, „idzie”, „stoi”, „siedzi”, „Mama siedzi”, „Tata śpi”, „Tosia pije”, „Mama pije”. Używamy w opozycjach: np.. idzie – stoi, siedzi – stoi, siedzi – leży

UKŁADAMY ŚWIAT DZIECKA W KATEGORIACH...

Wykorzystujcie to co macie pod ręką, róbcie zdjęcia, wycinajcie obrazki, twórcie własne historyjki obrazkowe... Takie pomoce mają duży nośnik emocjonalny 😊

- Nazywamy zabawki (lala, miś, auto, klocki + preferowane przez dziecko)
- Nazywamy osoby (mama, tata, rodzeństwo, wujek , ciocia, babcia, dziadek, pan, pani).
- Nazywamy jedzenie (to co dziecko je: zupa, bułka, jajko, chleb, jabłko, banan, ser)
- Nazywamy zwierzęta (podstawowe)
- Nazywamy pojazdy
- Nazywamy ubrania (w zależności od pory roku jaka jest)
- Nazywamy części ciała (zaczynamy od głowy, a potem reszta ciała)
- Nazywamy to co dotyczy kategorii - dom (łazienka, kuchnia , pokój) + świat wokół domu (drzewo, słońce, ławka, deszcz, chmura, stolik).

BUDUJEMY ZASÓB SŁOWNIKA DZIECKA...

- **Etap III:** rzeczowniki, rozbudowane grupy czasowników, inne części mowy, głównie przymiotniki.
- Wyrazy dźwiękonaśladowcze zastępujemy słownictwem dorosłych!
- Pytamy o rzeczownik i czasownik – czyli pytamy o osoby, zwierzęta, postacie oraz o wykonywane przez nie czynności. „Kto pije?”, „Co robi kotek?”, „Kto wypił mleko?”
- Baw się z dzieckiem, nazywaj przedmioty, chowaj je i ponownie znajdując, zadawaj przy tym pytania: np.: „kogo nie ma? nie ma mamy”, „Ula myje się. O, nie ma mydła. Jest mydło. Nie ma ręcznika. Gdzie jest ręcznik? Tu jest ręcznik” .

ĆWICZENIA CZYNIA MISTRZA ;)

- **PRZYMIOTNIK** wprowadzamy w parach opozycyjnych, według następującego wzoru: np. *dobry – niedobry, nowy – stary, grzeczny – niegrzeczny, chory – zdrowy, gorący – zimny, mały – duży, brudny – czysty...*
- *Pamiętaj, że wszystkie ćwiczenia muszą być związane z codziennym funkcjonowaniem dziecka.*
- *Aby nauka była efektywna, pozwól dziecku dotykać, smakować i słuchać jednocześnie. Uruchom jego wszystkie zmysły!*

WYŻSZA SZKOŁA JAZDY ;)

- **Etap IV to:** liczebniki, przyimki, spójniki, zaimki, przysłówki, zdania współrzędnie i podrzędnie złożone, definiowanie pojęć poprzez dostrzeganie i nazywanie cech, pytania: *komu? czemu? jak? ile? dlaczego? co zrobił?*
- **PRZYSŁÓWKI:** *super, brawo, tak – nie, tam – tu, już – jeszcze, dobrze – źle, szybko – powoli, zimno – ciepło, ładnie – brzydko, cicho – głośno, wysoko – nisko, dużo – mało, teraz – potem...*
- **ZAIMEK:** *mój, on, ona, ja , ty.* Potem w zabawach (*moje, twoje*).
- **PRZYIMEK:** *do, w, na, z , pod, dla.*
- **LICZEBNIK:** wprowadzamy liczebniki główne, od 1 ? 10 (ile?), potem porządkowe (która?, które?). Ważne jest pokazanie dziecku schematu przeliczania zbiorów w ciągu zautomatyzowanym, najpierw od *jeden* do *pięć*, a potem od *jeden* do *dziesięć*. Pamiętajcie aby porównywać zbiory, gdzie jest więcej?, gdzie jest mniej?

ROZMAWIAJMY...

- **BUDOWANIE TEKSTÓW NA ODPOWIEDNICH ETAPACH PROGRAMOWANIA JĘZYKA**
- Zaczynamy od prostych komunikatów. Teraz czas na opowiadania. Schemat rozwijania tej umiejętności nie jest skomplikowany. To jak układanie puzzli językowych...
- - Mama piecze. Mama piecze ciasto. Mama piecze czekoladowe ciasto. Mama piecze czekoladowe ciasto na urodziny Kasi...
- - Pani je lody. Pani je dobre lody. Pani Ela je dobre lody. Pani kupiła lody. To lody owocowe. Lody są bardzo dobre...i.t.d.
- Podczas rozmów z dzieckiem daj mu przykład jak opowiadać. Opisz świat wg zasady z „puzzlami językowymi”.
- Nie naciskaj, nie poprawiaj, pokaż...

PAMIĘTAJ...

- Na początku wszystko co mówimy do dziecka, nasze wyjaśnienia, zadawane przez nas pytania powinny być krótkie, a przede wszystkim zrozumiałe.
- Poprzez ćwiczenia/zabawy pobudzajmy wszystkie zmysły dziecka.
- Możesz koncentrować się na nauce praktycznych i przydatnych umiejętności. Ćwicz z dzieckiem przede wszystkim w formie zabawy.
- Systematycznie wykonujcie ćwiczenia usprawniające narządy mowne (ćwiczenia oddechowe, fonacyjne i artykulacyjne).
- Dodatkowo wykonuj ćwiczenia logorytmiczne, rytmiczne, słuchowe, ćwiczenia lateralizacji, lewopółkulowe, motoryki małej, koordynacji ruchowej...

POWODZENIA...

- Nie wyręczaj dziecka w mówieniu, nie przerywaj mu w pół zdania, nie dokańczaj wypowiedzi za dziecko, nie wyśmiewaj jego nieudanych prób powtarzania wyrazów.
- Prowokuj sytuacje, w których dziecko ma szansę jak najwięcej mówić. Zadawaj pytania. Powtarzaj trudne wyrazy, ale nagminnie nie poprawiaj nieprawidłowych gramatycznie form ani nie wymagaj w pierwszej próbie nienagannej artykulacji słów.
- Zachęcaj maluszka do naśladowania odgłosów zwierząt czy przyrody, np. „Jak robi krówka? Mu mu...”, „A teraz jedziemy pociągiem. Ciuch ciuch ciuch”.
- Czytaj dziecku książeczki. Nazywaj to, co znajduje się na rysunkach. Podpowiadaj dziecku pierwsze sylaby słów, prosząc o nazwanie przedmiotu na ilustracjach.
- Śpiewaj dziecku, ucz wierszyków i wyliczanek – w ten sposób ćwiczysz słuch muzyczny.
- Ucz nie tylko komunikacji werbalnej, ale też niewerbalnej – kontaktu wzorkowego, gestów, mimiki twarzy itp.