

LOGOPEDIA DLA PRZEDSZKOLAKA nr 1

autor: Dorota Kurek

Usprawnianie narządów artykulacyjnych

Wstęp

Podstawowymi czynnikami wpływającymi na kształtowanie się mowy jest słuch oraz gotowość narządów artykulacyjnych do określonych, precyzyjnych ruchów. Narządy artykulacyjne to język, wargi, zęby, podniebienie miękkie oraz żuchwa.

Ruchy warg potrzebne są do wykształcenia m.in. wszystkich samogłosek, spółgłosek wargowych, takich jak np. **m, p, b**, wargowo - zębowych: **w, f** oraz innych, np. głoski **sz**, przy której wargi powinny być lekko wysunięte i zaokrąglone.

Język bierze udział w tworzeniu wszystkich dźwięków mowy, dlatego jego sprawność jest kluczowa **w nabywaniu umiejętności artykulacyjnych.**

Podniebienie miękkie decyduje o poprawności głosek tzw. nosowych, a więc **m, n, ą, ę** i innych dźwięków nosowych występujących w języku polskim.

Żuchwa też bierze udział w tworzeniu głosek, wpływa na poprawną barwę samogłosek, a także spółgłosek, przyczynia się do wyrazistości mówienia, dzięki jej odpowiedniemu otwarciu uzyskujemy większe natężenie wypowiedzianych dźwięków.

Ze względu na powyżej wymienione uwarunkowania przedstawiam kilka podstawowych ćwiczeń, które ułatwią dziecku nabywanie prawidłowych nawyków artykulacyjnych.

Ćwiczenia

Pionizowanie języka

- Wysuwanie języka do noska /przy trudnościach ze spionizowaniem można nasmarować dżemem, nutellą nad górną wargą. Zadaniem dziecka jest zlizanie słodkości językiem.
- Liczenie ząbków- przy otwartej buzi unosimy czubek języka do zębów, po kolei dotykamy wszystkie zęby
- Masowanie podniebienia twardego czubkiem języka od ząbków, daleko w kierunku gardła
- Kłaskanie – przykleić język do podniebienia, następnie go oderwać. Usłyszymy kłaskanie języka/popularne „koniki”.
- Pokazywanie językiem, gdzie jest nosek, oczy, włosy.

Spionizowany język umożliwia prawidłową wymowę głosek **t, d, n, l, sz, ż, cz, dż, r**

Spłaszczanie języka

- „Język śpi” – ułożyć język płasko na dnie jamy ustnej, czubek języka dotyka do dolnych zębów, język jest nieruchomy, płaski, rozluźniony.
- Masowanie czubkiem języka dna jamy ustnej
- Wysuwanie języka na brodę/ języka cienkiego jak żądło osy i szerokiego, rozluźnionego.

Uwaga: dzieci, które mają tendencję do wsuwania języka między ząbki nie powinny wykonywać ćw., w których język wysuwa się poza linię zębów, aby nie pogłębiać istniejącej już wady wymowy.

Splaszczony język umożliwia prawidłową wymowę głosek twardych np. **s, z, c, dz** zamiast **ś, ź, ć, dź** /prawidłową wymowę samogłoski **a**, różnicowanie samogłosek **y, i** itp.

Ćwiczenia warg

W uzyskaniu prawidłowej artykulacji pomagają sprawne wargi. Praca ich odbywa się głównie dzięki działaniu mięśnia okrężnego warg. Ruchy warg oraz ich odpowiednie napięcie warunkują prawidłowe nabywanie głosek takich jak:

- spółgłoski wargowe **m, p, b**
- spółgłoski wargowo – zębowe **w, f**
- spółgłoski typu: **s, z, c, dz,.....sz, ź, cz, dź,.....ś, ź, ć, dź.**
- a także wpływają na uzyskanie właściwej barwy samogłosek.

Sprawne wargi, oprócz sprawnego języka warunkują dobrą wyrazistość mówienia.

a) Pyszczki i ryjki:

1. Ryjek myszki – wargi wyciągnięte, mocno zaciśnięte (wąski ryjek)
2. Pyszczek świnki – rozluźnienie napięcia warg, wargi wysunięte, zaokrąglone, widać ząbki.
Dziecko dotyka paluszkami warg, aby stwierdzić, że są one miękkie.
3. Trąba słonia – bardzo duże napięcie warg, przytrzymanie napięcia. Dziecko wyciąga wargi, tak jakby mu rośla trąba. Porusza „trąbą”.
4. Rybka – wargi wyciągnięte i ściągnięte. Poruszać żuchwą.
5. Zajączek – Unieść górną wargę w taki sposób, aby ukazały się górne ząbki. Wargi ściągnięte.
6. Wściekły zajączek – wargi jak wyżej, zmarszczyć nosek.

b) Minki:

1. Uśmiechnąć się tak, aby było widać ząbki.
2. Uśmiechnąć się „bez ząbków” – wargi rozciągnięte, złączone.
3. Uśmiech do ucha, na jedną stronę.(lewą i prawą).
4. Smutna minka – wargi w podkówkę.
5. Zła minka – wargi mocno zaciśnięte oraz poruszona cała muskulatura twarzy.

Wykonać kilkakrotnie, na zmianę.

c) Całuski:

1. Wysyłamy całuski do ukochanych osób. Zwarcie warg powinno odbyć się, gdy wargi są wysunięte. Zbyt słabe wyciągnięcie warg świadczy o niedostatecznym napięciu.
2. Długi buziak – przytrzymać wargi w pozycji wyciągniętej i przeciągać moment zwania.

d) Ćwiczenia na samogłoskach (Karmnik dla ptaków):

A – buzia bardzo szeroko otwarta. Przez takie drzwi wejdzie wrona, bo jest duża.

O – żuchwa opuszczona, jak przy **a**, ale wargi zwężone. Teraz do karmnika wchodzi sroka – jest mniejsza od wrony.

E – buzia rozciągnięta, jak w mocnym uśmiechu. Ząbki dość znacznie rozchylone. Przez takie drzwi przecisnie się gołąbek.

I – buzia lekko uśmiechnięta, ząbki lekko rozchylone. Teraz do karmnika po ziarenka może wejść szpak.

U – wargi wyciągnięte, zbliżone do siebie. Przez taką małą szparkę może wejść tylko wróbelek.

e) U fryzjera:

1. Myjemy wargi – czubek języka oblizuje mocno rozchylone wargi

2. Czeszemy wargi – ząbki udają grzebień, pocierając o wargi.

3. Suszymy wargi – zmniejszamy napięcie warg, wypuszczamy strumień powietrza, wargi lekko, bez napięcia wydymają się.

f) Pojazdy:

Naśladujemy pracę różnych pojazdów, aby wprowadzić wargi w wibrację (motory, traktory).

g) Koniki:

Naśladujemy parskanie konia, aby rozluźnić wargi.

W przypadku sprawnie działającego mięśnia okrężnego parskanie jest ćwiczeniem rozluźniającym. U małych dzieci obserwuje się często wzmożone napięcie przy tym ćwiczeniu, dlatego nie oczekujemy od razu poprawności, która przyjdzie z czasem.

Każdą zabawę staramy się najpierw pokazać na sobie, potem ją nazwać w sposób zabawowy, aby dziecko kojarzyło te ćwiczenia z przyjemnością, a nie z trudnym obowiązkiem.