

ĆWICZENIA NARZĄDÓW ARTYKULACYJNYCH



U większości dzieci z wadą wymowy występuje obniżona sprawność narządów artykulacyjnych: języka, warg, policzków, podniebienia miękkiego. Czasem przyczyną wady wymowy są nieprawidłowości w budowie anatomicznej narządów mowy, np. zbyt krótkie wędzidełko podjęzykowe, przerośnięty język, zbyt duża masa języka, rozszczep wargi itp. Powodem bywają również, szczególnie u dzieci młodszych, nieprawidłowe nawyki związane z połykaniem lub oddychaniem. Niezbędne są w tych wszystkich wypadkach ćwiczenia motoryki narządów mowy oraz ćwiczenia prawidłowego połykania.

Warunkiem prawidłowego wymawiania wszystkich głosek jest sprawne działanie narządów artykulacyjnych. Realizacja poszczególnych głosek wymaga różnego układu artykulacyjnego i różnej pracy mięśni. Dlatego też narządy artykulacyjne trzeba ćwiczyć, również podczas jedzenia posiłków o zróżnicowanej konsystencji, by wypracować zręczne i celowe ruchy języka, warg, podniebienia i żuchwy.

Celem ćwiczeń jest:

- usprawnianie języka, warg, podniebienia miękkiego, żuchwy;
- opanowanie przez dzieci umiejętności świadomego kierowania ruchem narządów artykulacyjnych;

- poznanie prawidłowego układu artykulatorów w czasie wybrzmiewania poszczególnych głosek.

Przykłady ćwiczeń narządów artykulacyjnych:

- ruchy żuchwy w poziomie (naśladowanie żucia gumy);
- zakładanie wargi dolnej na górną i górnej na dolną;
- cmokanie;
- dmuchanie;
- parskanie;
- artykulacja samogłosek w różnych układach warg: a-i-o, e-u-y, a-i-u, a-e-u, a-u-a, a-o-i;
- nadymanie policzków;
- wysuwanie i cofanie języka;
- przenoszenie języka od kącika do kącika warg;
- oblizywanie górnej wargi - ruch okrężny języka wokół warg;
- wypychanie językiem policzków;
- kląskanie językiem;
- wysuwanie szerokiego języka na wargi.

Bajki artykulacyjne

„Miś idzie na spacer”

Dzisiaj wasze języczki będą misiem Uszatkiem, a wasza buzia jego domkiem.

Miś obudził się wcześniej rano - przeciągnął się i trochę poziewał. Zrobił poranną gimnastykę - kilka podskoków (unoszenie języka na górny wałek dziąsłowy przy szeroko otwartych ustach), troszkę pobiegał (wypychanie językiem policzków). Na śniadanie zjadł słodki miód (oblizywanie warg). Potem umył ząbki (oblizywanie językiem górnych zębów po wewnętrznej stronie przy zamkniętych, a następnie otwartych ustach). Wyjrzał przez okno (wysuwanie szerokiego języka na zewnątrz jamy ustnej). Zobaczył Zosię i Jacka. Przesłał im całuski (cmokanie ustami - naśladowanie posyłania całusków). Dzieci zaprosiły go na spacer do lasu.

„Poszukiwanie wiosny”

Nadeszła wiosna. Za oknem słyhać było śpiew ptaków (naśladowujemy głosy ptaków). Pan Języczek wybrał się do lasu na poszukiwanie oznak wiosny. Jechał na koniku (kłąskamy, uderzając szerokim językiem o podniebienie). Rozglądał się w prawo i w lewo, spoglądał w górę i w dół (przesuwamy język z jednego końca ust do drugiego – od ucha do ucha, potem sięgamy nim nosa i brody). Na łące zobaczył bociany (wymawiamy kle, kle). Zatrzymał się na leśnej polanie (wymawiamy prr). Zsiadł z konia, rozejrzał się wokoło (oblizujemy wargi ruchem okrężnym). Świeciło słońce, wiał delikatny wiatr (wykonujemy krótki wdech nosem, chwilę zatrzymujemy powietrze i długo wydychamy ustami). Było ciepło i przyjemnie (uśmiechamy się, rozchylając wargi). Na skraju polany zakwitły wiosenne kwiaty zawilce i sasanki. Pachniało wiosną (wdychamy powietrze nosem, wydychamy ustami). Pan Języczek pochylił się i powąchał kwiaty i kichnął (kichamy i wymawiamy apsik). W tym momencie zauważył przeciskającego się przez zarośla zaspanego jeża (ziewamy; przeciskamy język przez zaciśnięte zęby). Zrobiło się późno. Pan Języczek wsiadł na konia i pogalopował do domu (kłąskamy, uderzając szerokim językiem o podniebienie).

„Chory kotek”

Kotek był chory i bardzo źle się czuł. Często kichał (wołamy „a psik”), bolała go głowa (wołamy „ojojój”). Przyjechał pan doktor (mówimy „brum brum”), zaglądnął do gardła (wołamy „aaa” i wysuwamy język na brodę), było chore. Następnie zbadał kotka, wyciągnął słuchawki (wysuwamy język z buzi, przesuwamy nim po podniebieniu, górnych zębach i górnej wardze). Zapisał lekarstwa na receptę („piszemy” w powietrzu językiem wysuniętym z buzi). Kotek leżał w łóżeczku, miał dreszcze (wypowiadamy „brrr...”). Gorączka raz wzrastała (język uniesiony na górną wargę), raz opadała (język na brodzie). Kotek zażywał lekarstwa: ssał tabletki (przednia część języka przy podniebieniu, naśladowujemy ssanie), pił słodki syrop, więc się oblizywał (język wędruje dookoła warg przy otwartej buzi). Po kilku dniach kotek poczuł się lepiej, był wesoły i zadowolony (uśmiechamy się szeroko, nie pokazując zębów).

"Gimnastyka"

Na początku jest rozgrzewka,
Językowa wprzód wywieszka.
Cały język wyskakuje,
Wszystkim nam się pokazuje.
W dół i w górę,
W lewo, w prawo.
Pięknie ćwiczy!
Brawo! Brawo!
Język wargi oblizuje,
Pięknie kółka wykonuje.
Popatrzymy do lusterka,
Jak się język bawi w berka.
Kto spróbuje z miną śmiałą
Zwinąć język w rurkę małą?
Może uda się ta sztuczka.
Trzeba uczyć samouczka.