Logopeda

Szanowni Rodzice!

Na całokształt rozwoju dziecka i jego powodzenia szkolne w dużej mierze wpływa mowa. Jest ona atutem w nawiązywaniu kontaktów społecznych, daje możliwość precyzyjnej komunikacji, stanowi narzędzie w zdobywaniu informacji, pozwala na wyrażanie własnych sądów, uczuć i upodobań. Zaburzenia i wady wymowy w znacznym stopniu utrudniają osiąganie sukcesów w szkole.

Proces rozwoju mowy przebiega etapami i trwa kilka lat.

Etapy rozwoju mowy

TRZYLATKI

Dziecko trzyletnie rozumie, co do niego mówimy pod warunkiem, że treści do niego kierowane nie wybiegają poza jego wcześniejsze doświadczenia. Trzylatek używa już zdań kilkuwyrazowych, w których wciąż występują błędy gramatyczne. Opowiada o tym co widzi, „myśli głośno", mówiąc także do siebie. Zaczyna zadawać wiele pytań, gdyż ciekawi go otaczający świat. Trzyletnie dziecko powinno wymawiać prawidłowo następujące dźwięki:
a, o, e, y, i, ą, ę, p, m, pi, mi, f, w, fi, wi, t, d, n, ń, l. li, ś, ź, ć, dź, k, g, ki, gi, ch, j, ł.

U niektórych dzieci trzyletnich zdarza się wymawianie konsekwentne głosek (t, d) zamiast
(k, g) oraz mylenie głoski (ch) i (f), co nie stanowi jeszcze problemu. Jeżeli w mowie dziecka czteroletniego pojawia się brak tych dźwięków, to wówczas taki stan wymaga interwencji logopedycznej.
Dla mowy dziecka trzyletniego charakterystyczne jest też opuszczanie, zastępowanie lub przestawianie dźwięków. Wiąże się to, zwłaszcza w trudnych wyrazach, z występowaniem obok siebie grup spółgłoskowych oraz z samą długością wyrazów. Głoski (s, z, c, dz) zaczynają być wymawiane prawidłowo, chociaż bywają jeszcze (do 4 roku życia) artykułowane jako (ś, ź, ć, dź). Sz, ż, cz, dż może jeszcze zastępować ś, ź, ć, dź ale również może być zastępowane przez s, z, c, dz. W miejscu (r) coraz częściej pojawia się (l) a nie jak dotychczas (j)

CZTEROLATKI

Czterolatek rozumie i wykonuje polecenia nauczyciela. Rozumie dłuższe wypowiedzi, w których występują przyimki: pod, na, do, w, przed, obok, za. Potrafi mówić o przeszłości, przyszłości a nie tylko teraźniejszości. Rozpoznaje kolory. Wypowiedzi dziecka mogą być nadal agramatyczne, chociaż dziecko przejawia zaciekawienie poprawnością językową. Dziecko zadaje dużo pytań o znacznym stopniu trudności. Wymowa czterolatka staje się bardziej precyzyjna dzięki dalszemu usprawnianiu się narządów artykulacyjnych i pionizacji przedniej części języka. Głoski s, z, c, dz, powinny już brzmieć twardo i podobnie jak ś, ź, ć, dź, powinny być wymówione z „zamkniętymi" zębami. Język nie może wsuwać się między zęby. Wymowa międzyzębowa musi zostać skorygowana przez logopedę, nie ustąpi samoistnie. U niektórych dzieci obserwujemy artykulację głoski (l), przechodzącą w dźwięk drżący (r) lub nawet pełne wymówienie głoski (r). Niekiedy pojawiają się też głoski (sz, ż, cz, dż), ale ich wymawianie jako s, z, c, dz a także (r) jako (l) jeszcze w tym okresie jest prawidłowością rozwojową. Nieprawidłowe będzie natomiast zastępowanie głoski (r) przez (ł). W momencie gdy dziecko zamiast „ rakieta" powie „łakieta" to taka wymowa już nie mieści się w normach dla wieku. Grozi to przekształceniem (ł) w zdeformowane (r) wymawiane w tylnej części jamy ustnej, co będzie wymagało oddziaływania logopedycznego.

PIĘCIOLATKI

Wypowiedzi dziecka są już wielozdaniowe. Jest już zachowana kolejność zdarzeń
i zależności przyczynowo – skutkowe. Pięciolatek chętnie opowiada o tym, co się działo
w przedszkolu, o filmie, bajce, którą przeczytała mama. Potrafi wyjaśnić znaczenie wielu słów, Wypowiedzi dziecka są już prawidłowe pod względem gramatycznym. Dziecko chętnie poprawia siebie i innych, np. młodsze rodzeństwo. Wymowa doskonali się. Głoska (r) często jest już wymawiana prawidłowo. Dziecko powinno prawidłowo wymawiać sz, ż, cz, dż. Wszystkie głoski dźwięczne brzmią dźwięcznie.

SZEŚCIOLATKI

U dziecka sześcioletniego proces rozwoju wymowy jest ukończony, ale proces rozwoju języka nadal trwa, bo dziecko przez cały czas uczy się nowych wyrazów. Brzmienie wszystkich głosek powinno być prawidłowe. Błędy gramatyczne całkowicie zanikają, zaś wypowiedzi powinny być wielozdaniowe, sensowne i poprawne.

Najczęściej spotykane wady wymowy u dzieci w wieku przedszkolnym

Najczęstszą wadą wymowy spotykaną na etapie wieku przedszkolnego jest Dyslalia, czyli zaburzenie mowy, w którym poszczególne głoski realizowane są wadliwie.

W obrębie dyslalii mieści się:

- **Seplenienie** (sygmatyzm) - to nieprawidłowa wymowa głosek szeregów: syczącego (s, z, c, dz), szumiącego (sz, ż, cz, dż) i ciszącego (ś, ź, ć, dź).
  Wyróżnia się seplenienie międzyzębowe- podczas realizacji głosek: s, z, c, dz lub sz, rz, cz, dż lub ś, ź, ć, dź język jest wsuwany między zęby.
  • Boczne - podczas realizacji głosek: s, z, c, dz lub sz, rz, cz, dż lub ś, ź, ć, dź język jest ułożony niesymetrycznie i strumień powietrza uchodzi prawą bądź lewą stroną.
  • Proste (parasygmatyzm) - dotyczy głosek: s, z, c, dz lub sz, rz, cz, dż lub ś, ź, ć, dź, mogą one być zastępowane np. szkoła=skoła lub śkoła; czapka=capka lub ćapka.
- **Rotacyzm** – Jest to nieprawidłowa wymowa głoski r. Głoska ta może być wymawiana jako j, l, r- jako r języczkowe lub zupełnie opuszczana.
- **Kappacyzm i Gammacyzm-** Głoski k oraz g zastępowane są odpowiednio przez głoski t oraz d, np. kot=tot.
- **Mowa bezdźwięczna**-Polega na wymawianiu głosek dźwięcznych bezdźwięcznie tzn. bez drgania wiązadeł głosowych. Zamiana p=b; t=d; f= w; s=z np. dom=tom, woda=foda, koza=kosa, kura=góra.
- **Nosowanie**- Nosowe brzmienie głosek ustnych (wrażenie kataru, zatkanego nosa).
- **Jąkanie i Giełkot** Zaburzenie płynności mówienia polegające na blokowaniu, przeciąganiu i powtarzaniu dźwięków mowy. Jąkający się mówią na wdechu, powtarzając albo pierwszą głoskę (jąkanie toniczne np. k-k-kot), lub powtarzając sylaby (jąkanie kloniczne np. ko-ko-kot).
- **Alalia-** zaburzenie rozwoju mowy wynikające z uszkodzenia struktur mózgowych, które nastąpiło przed rozwojem mowy dziecka.

Przyczyny wad wymowy:

- nieprawidłowa budowa języka, wady anatomiczne;
- mała sprawność języka;
- wady zgryzu;
- nieprawidłowe wzorce wymowy w domu;
- mówienie do dziecka językiem nianiek (spieszczanie);
- nieprawidłowy układ narządów artykulacyjnych, biorących udział w tworzeniu głoski (język, wargi ,zęby, podniebienie);
- zaburzenia słuchu fonematycznego;
- brak okazji do rozwijania mowy (rozmowy, czytanie książek, oglądanie ilustracji, gry językowe).

Kiedy do logopedy?

Bardzo ważne jest wczesne wykrycie wady i objęcie dziecko odpowiednią terapią logopedyczną. Niezwłocznie udaj się do logopedy gdy:

- Dziecko podczas artykulacji wsuwa język między zęby lub ociera nim o wargę. Niestety, na każdym etapie wiekowym jest to wada, z tego się nie wyrasta! Im dłużej zwlekasz, tym bardziej wada się utrwala.
- Niepokoją cię zmiany anatomiczne w budowie narządów mowy lub masz wątpliwości czy dziecko dobrze słyszy.
- Twoja pociecha nawykowo mówi przez nos.
- Po ukończeniu 4 roku życia dziecko zamienia głoski dźwięczna na bezdźwięczne:
  d na t (np. zamiast domek mówi tomek) w na f (zamiast woda mówi fota) g na k (zamiast gęś mówi kęś) b na p (zamiast buda mówi puta).
- Nie wymawia którejkolwiek z samogłosek ustnych (czyli a, o, u, e, i, y) pod koniec trzeciego roku życia.
- Jeśli zauważysz u swojego dziecka lekkie zacinanie, powtarzanie sylab nie wpadaj
  w panikę, niemal wszystkie dzieci z tego wyrastają. Jeśli jednak problem będzie się nasilał, potrzebna jest szybka konsultacja ze specjalistą.
- Jeżeli dziecko pochodzi z obciążonego okresu ciążowo - okołoporodowego, ma uszkodzony słuch, jest dzieckiem z mózgowym porażeniem dziecięcym, z zespołem Downa, z rozszczepem podniebienia lub innymi ciężkimi schorzeniami, należy zgłosić się do logopedy przed ukończeniem przez nie 1r.ż.
- Z dwulatkiem należy pójść do logopedy, jeżeli nie gaworzy, nie mówi, ślini się, ma kłopoty z żuciem i połykaniem, oddycha ustami, nie rozumie poleceń.
- Jeżeli 3-latek nie mówi, mówi bardzo mało, mowa jego jest niezrozumiała, zamienia lub zniekształca wiele głosek, należy zgłosić się do logopedy.
  Jak zapobiegać wadom wymowy?
- Zapoznajmy się z prawidłowościami rozwoju mowy dziecka.
- Śledźmy uważnie proces rozwoju mowy swojego dziecka, czy nie pojawiają się niepokojące objawy, np.

nieprawidłowość w budowie narządów mowy, brak gaworzenia we właściwym czasie, brak mowy u 3-letniego dziecka.

- Zatroszczmy się o prawidłowy rozwój mowy dziecka już we wczesnym dzieciństwie.
- Od urodzenia mówmy do dziecka językiem dorosłych.
- Nie wymagajmy od dziecka posługiwania się mową dorosłych, ale też nie naśladujmy jego języka. Utrudnia to dziecku naukę mowy.
- Zapobiegajmy chorobom uszu, przewlekłym stanom kataralnym i wadom zgryzu.
- Starajmy się słuchać, co dziecko do nas mówi, ponieważ chętnie słuchane-chętnie mówi.
- Zachęcajmy dziecko do mówienia poprzez częste rozmowy z nim.
- Zwracajmy się do dziecka prostymi, krótkimi, logicznymi i dla dziecka zrozumiałymi zdaniami (dostosować wypowiedź do możliwości odbioru dziecka); mówmy powoli, wyraźnie i starannie; zwracajmy uwagę na swój styl wypowiedzi (właściwe tempo, rytm, melodia i akcent; odpowiedni ton – ani za głośno ani za cicho);
- Rozbudzajmy w dziecku „radość mówienia", motywujmy do podejmowania rozmowy, wyrażania swoich uczuć i myśli.
- Stawiajmy sobie pytania i odpowiadajmy na nie w każdym kontakcie z dzieckiem; komentujmy każdą czynność wykonywaną w obecności dziecka.
- Utrzymujmy kontakt wzrokowy z dzieckiem podczas rozmowy.

Ćwiczenia sprawności aparatu mowy

Ćwiczenia sprawności języka:

- Podnoszenie i opuszczanie języka do dziąseł.
- Kląskanie jak konik.
- Unoszenie języka wysoko do nosa, wysuwanie na brodę (na zmianę).
- Wysunięcie języka i utrzymanie go w takiej pozycji kilka sekund.
- Wysuwanie języka w prawo, w lewo.
- Oblizywanie językiem górnej wargi.
- Oblizywanie językiem dolnej wargi.
- Oblizywanie podniebienia(język oblizuje podniebienie od tyłu do przodu

  unosząc się wysoko do góry, usta są szeroko otwarte).

- Oblizywanie ust dookoła.
- Szeroki uśmiech(usta zamknięte, nie widać zębów i mały dzióbek.
- „ Liczenie" językiem kolejno górnych zębów, usta szeroko otwarte.
- Oblizywanie czubkiem języka górnych zębów.
- Oblizywanie na zmianę górnych jedynek z przodu i z tyłu (usta szeroko otwarte).
- Wypychanie językiem policzków prawego i lewego.
- Dotykanie czubkiem języka w kąciki ust.

Ćwiczenia urozmaicone:

- Zlizywanie z talerzyka czekoladki, okruszków.
- Robienie na kartce papieru małych śladów czubkiem języka po zlizywaniu

  czekoladki- tylko sam czubek języka dotyka kartki, ślady mają być małe.

  Można wcześniej na kartce zaznaczyć flamastrem kropki i język ma właśnie

  dotknąć w te miejsca.

- Zbieranie z talerzyka czubkiem języka pojedynczych ziarenek ryżu preparowanego.
- Przyklejanie do podniebienia za górnymi zębami kawałka chrupka lub opłatka i ściąganie go czubkiem języka (broda nisko opuszczona).

Ćwiczenia sprawności warg

- Wysunięte i zaokrąglone wargi (jak u rybki).
- Rozciąganie warg (uśmiechanie się).
- Na przemian wysuwanie i rozciąganie warg (przez 10 sekund).
- Nadymanie policzków (zrób balonik).
- Zaciskanie mocno warg.
- Parskanie (jak konik, wibracja warg).
- Nakładanie górnej wargi na dolną.
- Nakładanie dolnej wargi na górną.

- Łapanie zębami dolnej wargi.
- Cmokanie wargami.

Ćwiczenia żuchwy

- W prawo w lewo- przesuwanie żuchwy w prawą, potem w lewą stronę.
- Zamykanie i otwieranie domku - szerokie otwieranie ust, jak przy wymawianiu głoski a, zęby są widoczne dzięki rozchylonym wargom.
- Grzebień- wysuwnie żuchwy, zakładanie i poruszanie dolnymi zębami po górnej wardze. Cofanie żuchwy, zakładanie i poruszanie górnymi zębami po dolnej wardze i brodzie.
- Krowa- naśladowanie przeżuwania.
- Guma do żucia- żucie gumy lub naśladowanie.

Ćwiczenia podniebienia miękkiego

- Zmęczony piesek- język wysunięty z szeroko otwartych ust, wdychanie i wydychanie powietrza ustami.
- Chory krasnoludek- kaszlenie z językiem wysuniętym z ust.
- Balonik- nabieranie powietrza ustami, zatrzymanie w policzkach, następnie wypuszczanie nosem.
- Biedronka, parasol, sukienka itp.- przysysanie kolorowych kółeczek poprzez wciąganie powietrza przez rurkę i przenoszenie na obrazek biedronki.
- Śpioch - chrapanie na wdechu i wydechu.
- Płukanie gardła.

Ćwiczenia oddechowe

- Chłodzenie gorącej zupy.
- Wąchanie kwiatów, zapachów, potraw, kosmetyków.
- Dmuchanie na zmarzniętą szybę, chuchanie na złączone dłonie.
- Zdmuchiwanie kropli deszczu, płatków śniegu, piórek, listków w czasie zabaw.
- Nadmuchiwanie balonów.
- Zdmuchiwanie chrupek, piłeczek, kawałków waty z gładkiej a następnie szorstkiej powierzchni.
- Dmuchanie na płomień świecy tak, aby go nie zgasić.
- Dmuchanie na styropianowe zabawki pływające po wodzie (zabawa “Zawijanie do portu”).
- Puszczanie baniek mydlanych. Dmuchamy na zmianę: długo – krótko, słabo – mocno.
- Dmuchanie na wiatraczki.
- Gwizdanie.
- Dmuchanie na paski papieru lub wycięte z kolorowego papieru zabawki.
- Liczenie na jednym wydechu 1, 2, 3, 4, 5....