

Zabawy i ćwiczenia stymulujące rozwój mowy dziecka – wskazówki dla rodziców

1. Ćwiczenia oddechowe utrwalające prawidłowy sposób oddychania:

Wybierz jedno lub dwa ćwiczenia i wykonaj je jeden raz. Ćwiczeń oddechowych nie może być zbyt wiele, aby u dziecka nie doszło do zawrotu głowy.

- Dmuchanie baniek mydlanych najpierw dużo małych baniek (mocny wydech), a potem próba nadmuchania jak największej bańki (wydech musi być długi i słaby).
- Dmuchanie w wiatraczek. Gwizdanie przy użyciu gwizdka (nie chodzi o jeden bardzo głośny dźwięk, lecz o kombinację dźwięków, np. długi i cichy, następnie długi i głośny, przerywane ciche, przerywane głośne itp.)
- Dmuchanie w płomień świecy tak, aby nie zgasła. Ćwiczenie to powinno być wykonywane zawsze pod kontrolą osoby dorosłej.
- Wyścigi ustawiamy dwa małe papierowe autka na stoliku (powierzchnia musi być gładka). Z pasków plasteliny lub drucika formujemy granice drogi, w której musi mieścić się autko (można uformować kilka zakrętów). Dmuchamy przez słomki tak, aby pojazd jak najszybciej dotarł do mety. Ćwiczenie to można wykonywać w 2 osoby lub pojedynczo.
- Parkowanie - wycinamy z papieru małe kolorowe samochodziki; zadaniem dziecka jest przenieść samochodzik do garażu (np. pudełko po zapalniczkach) przy użyciu słomki. Pamiętajmy, aby pudełko leżało blisko autka, a słomka nie była zbyt gruba i nie miała zgięć (można przyciąć tradycyjną słomkę w miejscu zgięcia).
- Muchomor kładziemy przed dzieckiem planszę z muchomorem bez kropek. Na stoliku rozkładamy kilka białych papierowych kropek. Zadaniem dziecka jest przenieść przy użyciu słomki kropki na kapelusz grzybka. Ćwiczenie to można dowolnie modyfikować, np. używając planszy z choinką i bombkami itd.
- Zabawa w piratów- ustawiamy na wodzie dwa styropianowe statki. Można użyć również plastikowych zabawek. Ważne, by były bardzo lekkie. Zadaniem dziecka jest sterowanie statkiem piratów (przy pomocy oddechu), w taki sposób, aby dogonić drugi ze statków.

2. Przykładowe ćwiczenia usprawniające pracę narządów artykulacyjnych oparte o zabawy fonacyjne i artykulacyjne:

- Kotek pije mleczko (wysunięcie języka na brodę), oblizuje wąsy (ruch językiem wokół warg najpierw do kąćków ust, potem w kierunku nosa). Kotek mruczy mmmmm, ziewa (naśladowanie ziewania).
- Wąż syczy: ssssss.
- Pszczoła bzyczy: bzz bzz.
- Liście szumią: szszsz (wargi ściągnięte w dzióbek).
- Straż pożarna jedzie: eee ooo , eee, ooo (z przesadną artykulacją samogłosek wargi rozciągają się, a następnie ściągają).
- Samolot leci: uuuuu (dzióbek z warg) i ląduje: iiiiiiiii (szeroki uśmiech).
- Parskanie jak konik, następnie kłaskanie językiem. Cmokanie.
- Pociąg jedzie: fu, fu, fu (górne zęby dotykają dolnej wargi).
- Naśladowanie odgłosów otoczenia: szum wiatru, warkot silnika samochodu, cykanie zegara, alarm przejeżdżającej straży pożarnej, zasłyszana melodię (można ją odtworzyć śpiewając: lalala), odgłosy wydawane przez zwierzęta itp.

Wyrażenia dźwiękonaśladowcze są bardzo ważnym etapem w rozwoju mowy. W trakcie ich wypowiedziania dziecko utrwala sobie głoski oraz uczy się łączyć sylaby, np. *be be, pa pa*.

Kiedy dziecko nazywa jakiś przedmiot po swojemu lub komunikuje się niewerbalnie (przy pomocy gestu) nazwij głośno przedmiot, czy czynność, o którą mu chodzi.

3. Nazywanie przedmiotów, czynności i emocji:

- Staraj się mówić powoli, modulować głosem i używać prostych słów. Twoja wypowiedź musi być dla dziecka zrozumiała, a dzięki akcentowi i gestykulacji barwna i interesująca.
- Pokazuj dziecku różne przedmioty i nazywaj je. Powinny to być przedmioty codziennego użytku, z którymi dziecko często ma kontakt, np. zabawki, jedzenie, ubrania.
- Komentuj, co robi dziecko, opowiadaj o tym, co widzisz na obrazku. Zadawaj pytania. Można także łączyć rymowanki z rysowaniem:
np. *To prostokąt i dwa koła.
Z przodu kwadrat, z tyłu rura.
Warczy, prycha i już wiecie
Że to AUTO ma być przecież!*
- Zachęcaj dziecko do udziału w codziennych czynnościach. Opowiadaj o tym, co robicie:
Mama je jabłko. Jabłko jest czerwone i słodkie. To jest dom. Dom jest duży. Ma okna. Ważne żeby zdania nie były zbyt skomplikowane, a słownictwo bliskie dziecku.
- W czasie zabawy wcielajcie się w różne role. Zabawy tematyczne (np. w kucharza, czy sklep) nie tylko rozwijają wyobraźnię, lecz także uczą naprzemienności ról, zasad zachowania w określonych sytuacjach komunikacyjnych oraz poszerzają zasób słownictwa dziecka.
- Polecenia powinny być proste i dotyczyć czynności lub przedmiotów, które są dziecku bliskie. Np. Daj misia. (Kiedy o to prosimy nie wskazujemy palcem na misia!). Pokaż oko. Przynieś buty. Połóż piłkę na krześle.
- Nazywaj emocje podczas czytania, oglądania obrazków, czy sytuacji z życia codziennego np. *Mama jest wesola. Śmieje się. Dziewczynka jest smutna. Płacze.*

4. Przykładowe zabawy logorytmiczne:

- Rodzic wystukuje rytm (np. na bębnie, klaszcząc w dłonie). Dziecko porusza się zgodnie z rytmem. Głośne i wolne stukanie (idzie niedźwiedź) dziecko idzie powoli, mocno stawiając nóżki na podłodze; cichsze, ale szybkie stukanie dziecko porusza się lekko i szybko (idzie mały miś).
- Ucz dziecko piosenek, wierszyków i wyliczanek. Piosenki, wierszyki i wyliczanki rymują się, a dzięki swej melodyjności są łatwe do przyswojenia. Zaczynaj od krótkich, nawet dwuwiersowych form, by z czasem przechodzić do dłuższych. Podczas tego typu zabaw staraj się wspierać mowę określonym gestem i ruchem.

5. Czytanie dziecku:

- Czytaj dziecku. To nie tylko rozwija wyobraźnię, lecz także poszerza zasób słownictwa, uczy koncentracji uwagi i daje dziecku poczucie bliskości.
- Oglądajcie wspólnie obrazki w książkach. Opowiadaj dziecku, co się na nich znajduje, wskazuj na różne przedmioty, opisuj je, nazywaj. Prowokuj także dziecko do mówienia poprzez proste pytania: Gdzie jest miś? Kto to? Jaki ma kolor? Jest smutny, czy wesoly? Mały czy duży? Itp. Zadawaj dziecku dużo krótkich, prostych pytań prowokujących do mówienia. Jeśli nie potrafi na nie odpowiedzieć Ty to rób.

6. W przypadku pojawienia się nie płynności mowy:

- Należy skonsultować się jak najszybciej z logopedą, który przekaże zalecenia dotyczące wspierania płynności mowy dziecka.
- W przypadku małych dzieci, nie koncentrowanie się na jego nie płynnych wypowiedziach.
- Dostosowanie tempa wypowiedzi rodziców do możliwości dziecka (wskazane jest zwolnienie tempa mówienia).

- Podczas rozmowy z dzieckiem należy zapewnić atmosferę sprzyjającą swobodnej komunikacji, tzn.: unikać tzw. „presji czasowej” i pamiętać o kontakcie wzrokowym.
- Należy umożliwić dziecku dokończenie wypowiedzi w tempie dostosowanym do jego możliwości, unikać kończenia za niego wypowiedzi i odpowiadania na pytania.
- Wskazane jest także wykazanie zainteresowania tym, co mówi, a nie w jaki sposób się komunikuje. Pozytywne podkreślanie faktu płynnej mowy. Pamiętajmy, że zarówno u dorosłych, jak i u dzieci, czasami mogą pojawiać się niepłynności w mówieniu, np. w sytuacjach pośpiechu, stresu lub pod wpływem silnych emocji – tych nieprzyjemnych, jak też przyjemnych dla dziecka.

WAŻNE!

- **Dbaj o poprawność swoich wypowiedzi.** Pamiętaj, że dziecko naśladuje właśnie Ciebie! Nie posługuj się językiem dziecka. Nie spieszczaj nadmiernie form. Nie nazywaj przedmiotów, czynności lub osób w taki sam sposób jak dziecko.
- **Nie wyręczaj dziecka w mówieniu.** Nie przerywaj mu. Jeśli ma trudność z wypowiedzeniem wyrazu, pozwól mu spokojnie dokończyć, po czym powiedz ten wyraz jeszcze raz poprawnie.
- **Nie śmiej się z wypowiedzi dziecka.** To może wywołać zniechęcenie do mówienia. Nie poprawiaj uporczywie każdego słowa i każdej niegramatycznej wypowiedzi dziecka.
- **Nie wymagaj od dziecka, aby wymawiało głoski, na które fizjologicznie nie jest jeszcze gotowe!**
- **Ucz dziecko koncentrowania wzroku na rozmówcy.** Patrz na dziecko, kiedy do niego mówisz oraz kiedy oczekujesz od niego odpowiedzi.
- Funduj dziecku tzw. „**KAPIEL SŁOWNĄ**”, mów do niego przy wykonywaniu każdej wspólnej czynności: spaceru, ubierania, jedzenia, oglądania obrazków, rysowania, zabawy.
- Ważne, aby dziecko miało **kontakt z innymi dziećmi i dorosłymi**, to wzmocni w nim potrzebę komunikowania się.
- **Wzmacniaj osiągnięcia dziecka poprzez pochwałę słowną** oraz powtórzenie wypowiedzianego przez nie słowa.

Opracowanie: Dorota Kamińska, Elżbieta Kicińska, Joanna Skrzypczyńska – Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Ciechanowie

(na podstawie: „JAK STYMULOWAĆ MOWĘ DZIECKA? PRAKTYCZNE RADY DLA RODZICÓW” Renata Wers oraz własnych doświadczeń zawodowych)