

Drodzy Rodzice!

Prawidłowa komunikacja stanowi ważny element rozwoju i codziennego życia dziecka. Jednak, aby mogła się ona właściwie ukształtować i doskonalić, powinna być odpowiednio stymulowana i wspierana. Istotne jest także szybkie dostrzeżenie występujących trudności. Zachęcam do zapoznania się z poniższymi zaleceniami.

1. Obserwuj słuch dziecka

Prawidłowe słyszenie jest jednym z najważniejszych czynników rozwoju mowy. Zauważ czy dziecko reaguje na polecenia, adekwatnie odpowiada na pytania, czy wielokrotnie nie prosi o powtórzenie. Szczególną uwagę na słuch powinno się zwracać po każdej przebytej przez dziecko infekcji. W razie wątpliwości należy skontaktować się ze specjalistą.

2. Oceniaj sposób oddychania dziecka

Prawidłowy jest nosowy tor oddychania. Podczas spoczynku, zabawy i innych aktywności, które nie wymagają mowy, dziecko nie powinno oddychać przez usta (wyjątek stanowią infekcje z występującym katarem). Jeśli dziecko na co dzień oddycha buzią, należy przyjrzeć się problemowi bliżej. Przyczyny mogą być różne, w związku z czym warto skonsultować objaw z logopedą lub laryngologiem.

3. Zwróć uwagę na budowę narządów mowy i zgryz dziecka

Obserwuj wygląd warg, języka, podniebienia, a wątpliwości rozwiewaj konsultując się ze specjalistą. Jeśli zauważysz, że zęby nachodzą na siebie, są wychylone lub cofnięte, zgłoś się z dzieckiem na konsultację ortodontyczną.

4. Umożliwiaj dziecku rozwijanie gryzienia i żucia

Podawaj dziecku do jedzenia produkty o różnej konsystencji i twardości. Zachęcaj dziecko do korzystania z kubków i butelek otwartych lub ze słomką.

5. Ogranicz korzystanie przez dziecko z technologii

Zamiast nich wprowadź zabawy ruchowe, manualne, zręcznościowe oraz rysowanie, malowanie, lepienie z plasteliny lub masy plastycznej. W miarę możliwości pozwól dziecku uczestniczyć i pomagać sobie w codziennych aktywnościach np. wyrabianie ciasta czy wieszanie prania z wykorzystaniem klamerek.

6. Dbaj o poprawność swoich wypowiedzi

Dziecko w pierwszej kolejności uczy się mowy z najbliższego otoczenia. Dlatego też, ważne jest, żeby bazowało na właściwych wzorcach. Używaj podstawowych form wyrazów, zamiast ich zdrobnień. Dbaj o wyrazistość i poprawność używanych sformułowań.

7. Przykładowe ćwiczenia oddechowe

- Zdmuchiwanie małych elementów np. skrawków papieru, piórek, kawałków waty
- Przenoszenie małych elementów za pomocą słomki

- Zdmuchiwanie świeczek
- Dmuchiwanie baniek mydlanych
- Dziecko kładzie się na podłodze, na brzuchu umieszcza maskotkę. Następnie nabiera powietrza nosem, zwracając uwagę, żeby miś na brzuchu się podnosił. Na koniec wypuszcza powietrze nosem – miś opada na dół
- Liczenie na jednym wydechu

8. Przykładowe ćwiczenia języka

- Konik – kłaskanie naśladujące stukanie kopyt konia
- Skacząca piłka – język skacze raz za górne, a raz za dolne zęby
- Trąba słonia – dotykanie językiem ostatnich zębów raz po lewej, raz po prawej stronie jakby trąbą słonia
- Szczoteczka – język myje zęby od wewnątrz
- Schody – pierwszy schodek za zębami, drugi schodek na wałku dziąsłowym, trzeci schodek za wałkiem dziąsłowym
- Klej – przyklejanie języka do wałka dziąsłowego i przytrzymywanie jak najdłużej
- Zjeżdżalnia - język wskakuje za górne zęby i zjeżdża na dół w stronę gardła
- Liczenie zębów – dotykanie językiem każdego zęba po kolei

9. Przykładowe ćwiczenia warg

- Wymawianie samogłosek powoli i dokładnie
- Uśmiech z pokazaniem zębów i z zamkniętą buzią
- Rozciąganie warg w uśmiechu i robienie na zmianę dziubka
- Parskanie
- Robienie dziubka i na zmianę przesuwanie go raz w prawo, raz w lewo
- Chowanie ust
- Jedzenie paluszka lub długiej chrupki kukurydzianej bez użycia rąk
- Posyłanie buziaków

10. Ćwicz pamięć dziecka i rozwijaj jego słownictwo

Ucz się z dzieckiem wierszyków, piosenek i rymowanek. Zachęcaj dziecko do opowiadania o tym jak minął mu dzień. Wspólnie dyskutujcie o obejrzanym filmie, ilustracji, odwiedzionym miejscu. Staraj się wyjaśniać dziecku niezrozumiałe dla niego pojęcia.

Jeśli u dziecka stwierdzono zaburzenia mowy, ważne jest systematyczne ćwiczenie nie tylko w gabinecie logopedycznym, ale również w domu. Dzięki temu działania będą bardziej skuteczne, a tym samym wzmocnią poczucie własnej wartości dziecka.

opracowała
Paulina Tusz
logopeda