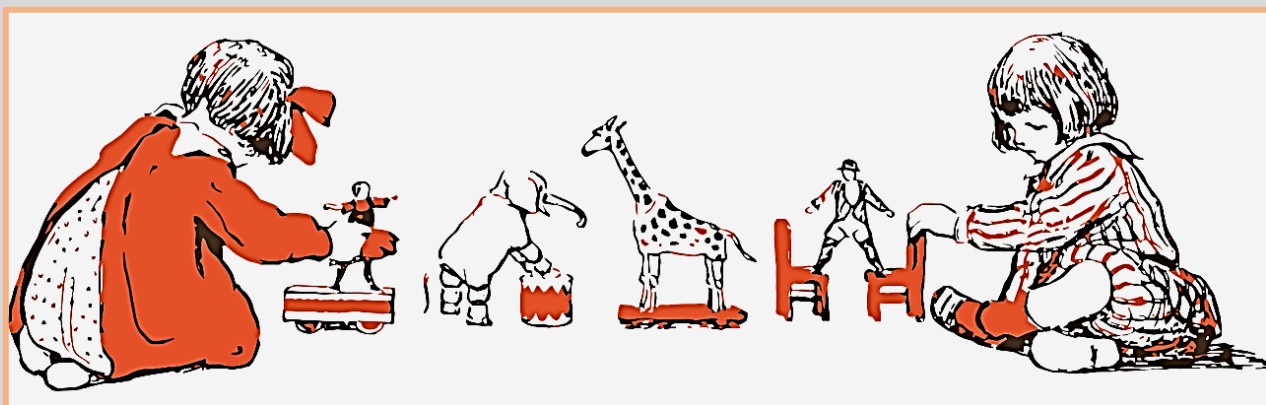




Drogi rodzicu, oto kilka wskazówek dot. tego, jak wspomagać rozwój mowy Twojego dziecka, nie wychodząc z domu.

Od kilku tygodni zamknięte są placówki oświatowe, a dostęp do zajęć terapeutycznych jest znacznie utrudniony. Pozostając z dzieckiem w domu, nadal mogą Państwo stymulować rozwój mowy i języka swoich pociech z pomocą bardzo prostych metod. Oto kilka wskazówek, które z powodzeniem mogą Państwo wprowadzić w życie już dziś, aby komunikacja Waszego dziecka była coraz lepsza.

1. Sprawdź, na jakim etapie rozwoju mowy jest Twoje dziecko.

Rozwój artykulacji i systemu językowego dziecka ma swoje etapy. Czasem zdarza się, że rodzice wymagają, żeby ich dzieci, wypowiadały głoski, które przy normalnym rozwoju mowy, pojawiają się dopiero na dalszych etapach. Z drugiej strony powinno się szybko reagować, gdy dziecko nie zaczyna mówić w odpowiednim czasie. Nie należy wierzyć w opinie, że 3-latek może nie mówić lub, że rozwój mowy u chłopców odbywa się z opóźnieniem w stosunku do dziewczynek. W przypadku, gdy Twoje dziecko mówi mniej niż inne dzieci, należy znaleźć przyczynę tego opóźnienia (np. niedosłuch, spowodowany zapaleniem ucha środkowego) i jak najszybciej rozpocząć usprawnianie rozwoju mowy.

Jeśli nie jesteś pewny, czy Twoje dziecko mówi zgodnie z normą dla wieku – skonsultuj się z logopedą w przedszkolu, szkole czy poradni psychologiczno-pedagogicznej, gdy tylko wznowione zostanie funkcjonowanie placówek oświatowych.

2. Zwróć uwagę na to, w jaki sposób mówisz do swojego dziecka

Mów prostym językiem, dostosowanym do wieku dziecka. Zaczynij przywiązywać większą wagę do tego, czy Twoje wypowiedzi są poprawne gramatycznie. Mów wyraźnie, w odpowiednim tempie (pilnuj tempa mowy szczególnie, jeśli obserwujesz u siebie tendencję do szybkiego mówienia). Jeśli Twoje dziecko źle wypowiada jakieś słowo (np. opuszcza początek wyrazu lub zamienia głoski), powtórz ten wyraz we właściwy sposób. Nie strofuj dziecka, nie wymagaj od niego prawidłowego wymówienia. Być może jest ono jeszcze za małe, żeby prawidłowo artykułować niektóre głoski lub trudne połączenia dźwięków. Jeśli Twoje dziecko źle odmienia słowa, po prostu powtórz jego wypowiedź w odpowiedniej formie – daj mu prawidłowy wzorzec.

Używaj słownictwa, które jest dziecku znane i odnosi się do jego codziennych doświadczeń – tego, co zna i lubi. Ucz również nowych słów. Jeśli wypowiadasz nieznane, trudne słowa, wyjaśniaj ich znaczenie.

3. Nie wymuszaj wypowiedzi. Sam dawaj dziecku prawidłowe wzorce

Komentuj i rozszerzaj wypowiedzi Twojego dziecka. Jeśli Wasz pies robi coś śmiesznego lub zaszczeka, a dziecko powie „pies”, rozwiń jego wypowiedź, dodając kolejne słowa, np. „pies szczeka”, „o, jak głośno szczeka”, „piesku, czemu szczekasz?”. Nie musisz prosić dziecka o powtórzenie Twoich słów. Wystarczy, że dajesz mu wzór dłuższej, poprawnej gramatycznie i adekwatnej w danej sytuacji wypowiedzi. Najlepiej nauczy się języka, poprzez takie naturalne osłuchiwanie się prawidłowych, wzorcowych wypowiedzi w swobodnych sytuacjach.

4. Ćwicz sprawność warg, języka, policzków przez zabawę

Do tego, aby prawidłowo wymawiać poszczególne głoski, Twoje dziecko musi mieć sprawne mięśnie narządów artykulacyjnych. Ćwiczenia, które pozwolą usprawnić wargi, język, policzki, podniebienie miękkie Twojego dziecka, mogą być również świetną zabawą i lekarstwem na nudę, gdy cała rodzina zmuszona jest do pozostawania w domu. Oto przykładowe ćwiczenia, które możesz wypróbować:

- **Ćw. oddechowe:** Nalej do wysokiego kubka troszkę wody z płynem do zmywania naczyń. Dmuchaaj przez słomkę i rób bańki; Weź puste

pudełko lub kawałek kartki (użyj, jako bramki). Zwiń chusteczkę/kawałek folii aluminiowej w kulkę i dmuchając, strzelaj gole. Ustawiaj piłkę coraz dalej od bramki – dmuchaj coraz mocniej.

- **Ćw. warg:** przesyłaj buziaki; utrzymuj kredkę między górną wargą i nosem; rób mocny uśmiech, ale nie pokazuj zębów; rób mocny uśmiech i pokazuj wszystkie zęby.
- **Ćw. języka:** klaskaj – ścigaj się z rodzicami, czyj konik pobiegnie najszybciej; Otwieraj szeroko buzię i stawiaj czubkiem języka kropki na podniebieniu; posmaruj podniebienie miodem, dżemem i zlizuj przy szeroko otwartej buzi; wypychaj policzki językiem.

Wiele pomysłów na ciekawe ćwiczenia i zabawy logopedyczne znajdziesz na stronach internetowych, prowadzonych przez logopedów. Możesz poszukać również tzw. bajek logopedycznych, w których ćwiczenia wplecione są w treść krótkich opowiadań.

5. Użyj powtarzalnych zwrotów i powiedzeń

Takie powtarzalne zwroty, używane wielokrotnie przy okazji aktywności, zabawy, którą Twoje dziecko bardzo lubi, stymulują je, do prób powtarzania i naśladowania. Np. bawiąc się w zawody, możesz za każdym razem powtarzać: „do biegu, gotowi, start” lub urządzić zabawę w „Raz, dwa, trzy, Baba Jaga patrzy!”. Możesz też np. wymyślić dla Was specjalne powitanie czy pożegnanie, którego będziecie codziennie używać. Takie powiedzonka są przewidywalne dla dziecka, stają się automatyczne. Dają okazję do mówienia i odnoszenia sukcesu w znanej sytuacji komunikacyjnej.

6. Zaaranżuj otoczenie w domu tak, aby motywowało dziecko do porozumiewania się z Tobą

Przemebluj pokój, poprzestawiaj zabawki w ten sposób, aby dziecko, chcąc konkretną zabawkę, musiało poprosić Cię, o jej podanie. Zachęci je to do sformułowania prośby i wypowiedzenia jej. Gdy dziecko zobaczy, że dzięki werbalnemu przekazaniu swojego pragnienia, rodzic je zaspokoi, w sposób pozytywny wzmocnimy u niego podejmowanie prób mówienia.

7. Zorganizuj zabawę w zagadki słuchowe

Do prawidłowego rozwoju mowy potrzebny jest prawidłowo funkcjonujący słuch fizyczny. Poćwicz z dzieckiem uwagę słuchową i różnicowanie różnych dźwięków z otoczenia. Wybierz w domu przedmioty, które wydają charakterystyczne dźwięki i są znane dziecku, np. klucze, kawałek papieru, szeleszczącą torebkę, ulubioną zabawkę itp. Niech Twoje dziecko zgadnie, co trzymasz w ręku. Możesz poszukać w Internecie nagrań odgłosów różnych zwierząt i odgadnąć wraz z dzieckiem również takie zagadki. Następnie spróbujcie naśladować odgłosy tych zwierząt i przedmiotów.

Pobawcie się w różnicowanie dźwięków cichych i głośnych. Weź 2 kawałki gazety i udawajcie mały, cichy deszczyk (pukaniem opuszek palców w gazetę) i głośną burzę (mocnym szeleszczeniem całym kawałkiem gazety, lub uderzaniem o nią otwartą dłońią).

8. Śpiewaj piosenki, mów wierszyki, baw się w zabawy paluszkowe

Rymowanki, wierszyki i piosenki stanowią dobry materiał do nauki mówienia. Ćwiczą słuch i zdolność do zapamiętywania rytmu i słów. Ciekawa melodia i powtarzalny rytm, zachęcają dziecko do uczestnictwa w śpiewaniu, używania słów i zwrotów z ulubionej piosenki. Możesz wybrać piosenki z pokazywaniem – dodatkowo poćwiczycie koordynację ruchową i odwzorowywanie rytmu lub testu ruchem ciała. Dobrą zabawą będą również wszystkim znane, rymowane zabawy paluszkowe (wierszyki połączone z odliczaniem na palcach lub z gestem dłoni, np. Tu, tu, tu kokoszka kaszkę ważyła. Temu dała na...). Twoje dziecko na pewno je polubi i zacznie powtarzać słowa wyliczanki.

9. Czytaj książki, opowiadaj bajki

Codziennie czytanie dziecku, ma duży wpływ na rozwój systemu językowego. Stanowi również wspaniałą okazję do budowania relacji z dzieckiem. Wybieraj proste, powtarzalne książki, które Twoje dziecko szybko zapamięta. Nie bój się sięgać codziennie po tę samą książkę, jeśli Twoje dziecko ją lubi. Być może po kilku razach dopowie ono jakieś słowo czy dokończy zdanie. Możesz też wykorzystać książki do tzw. czytania uczestniczącego – wielokrotnie powtarzane w nich zwroty lub zdania, stymulują dziecko do dopowiadania i czynnego uczestniczenia w czytaniu.

10. Komentuj, opisuj to, co razem robicie. Otaczaj dziecko tzw. „kąpielą słowną”

Wykorzystuj każdą okazję, wykonywane wspólnie czynności i zabawę, na otaczanie dziecka językiem. Komentuj wszystko, co robicie, dużo opowiadaj. Kiedy np. robicie razem ciastka, nazywaj wszystkie produkty. Opisz, czego potrzebujesz, do wyrobienia ciasta, w której szafce to jest, jakie składniki musisz ze sobą pomieszać. Używaj czasowników i przymiotników (np. rozbijemy świeże jajo, dolejemy białego mleka od krowy itd.). Przy rozkładaniu szklanek, talerzy i sztućców przed wspólną kolacją, nazywaj wszystkie przedmioty. Powiedz, do czego one służą, co nimi zjecie lub co z nich wypijecie. Jeśli zadasz pytanie, ale dziecko nie umie odpowiedzieć, to powiedz za nie – niech usłyszy dobry wzorzec. Dziecko w ten sposób osłuchuje się ze słownictwem często stosowanym w języku codziennym. Uczy się też różnych form użycia języka np. dialogu, opowiadania, opisywania procedur. Poznaje słowa, odnoszące się do umiejscowienia w czasie, takie jak: najpierw, potem, wcześniej.



Tłumacz. i oprac. na podst. Mallory Hawley Bachmann, CCC-SLP, LLA Therapy, llatherapy.org.;
<https://www.northeastohioparent.com/special-needs-3/10-everyday-speech-development-activities-that-can-be-done-at-home/?fbclid=IwAR2IOFcRJ33XdOZ1e3mfZg-v1eyfXEBHHR-KVfUUHHjtxArpxWTommsDP0>