

Vaje pihanja

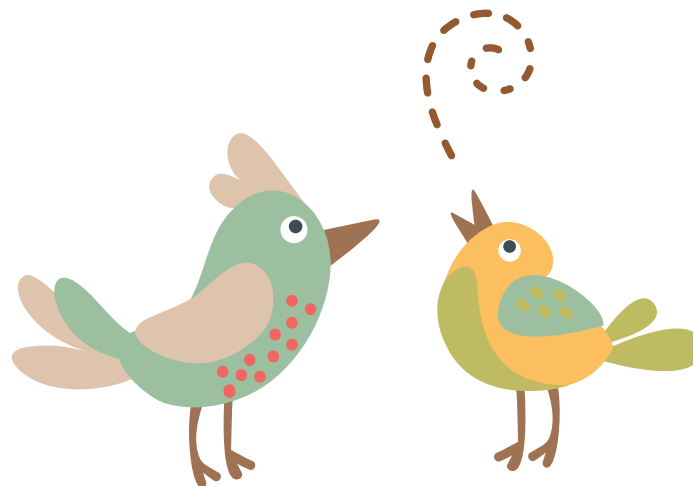
- Pihamo milne mehurčke (lahko tudi pihanje skozi slamico v posodo z vodo, pomešano s sredstvom za pomivanje posode).
- Pihamo skozi slamico v predmete različne teže (žogice, papir, vatico, gube, perje) ali pa v tekočino (pihanje v vodo-ustvarjanje valov, pihanje razlitih barv).
- Pihamo svečke, vžigalice na različni oddaljenosti od ust.
- Pihamo v trak, ki ga držimo na določeni razdalji od ust – dolgo ali kratko.
- Piskamo s piščalko, igramo na ustno harmoniko, trobento (kratki in dolgi piski).
- Pihamo v vetrnico.
- Pihamo v pest, kot bi nas zeblo (hu, hu, hu).
- Posnemamo smrčanja.
- Mrmramo melodijo priljubljene pesmi.

Dihalne vaje

- Uležemo se na tla. Na trebuh si nastavimo plišasto žival. Zrak vdihnemo v trebuh (žival se dvigne), vdih malo zadržimo, nato pa izdihnemo in trebuh se spusti.
- Skozi nos vdihnemo zelo počasi, kolikor dolgo zmoremo. Potem počasi izdihnemo skozi nos, spet kolikor dolgo zmoremo.
- Z roko si zatismo nos in globoko vdihnemo skozi usta. Vdih za kratek čas zadržimo, potem zapremo usta, spustimo nos in izdihnemo skozi nos.
- Stojimo vzravnan, roke dvignemo navzgor ter vdihnemo. Nato se sklonimo k tlu in zrak glasno izdihnemo skozi usta na glasove F, I, S.
- Vdihnemo zrak, nato pa skozi nos izdihnemo v ogledalo ali steklo, ki se orosi.

Vaje ustnic

- Med ustnico in nosom oziroma ustnico in brado pridržimo svinčnik.
- Posnemamo brnenje avtomobila »brr«.
- Z usti prenašamo zamaške, paličice.
- Z ustnicami držimo svinčnik in rišemo črte in kroge.
- Odpiramo steklenice (ustnice nastavimo za izgovorjavo glasu P in poknemo z njimi, da se sliši kot glas pri odpiranju zamaška).
- Pošiljamo poljubčke.
- Prikazujemo različna čustva (jezna usta, vesela usta, žalostna usta, prestrašena usta itd.).
- Oponašamo živali (ovca-BEE, krava-MUU, račka-GAA, piščanček-PII, kokoš-KOO, osliček-IA).
- Masiramo spodnjo ustnico z zgornjimi zobmi in obratno.
- Oblizujemo zgornjo in spodnjo ustnico.
- Močno odpiramo usta, močno žvečimo (pretiravamo), glasno cmokamo.



Spoštovani starši, učitelji in vzgojitelji!

Na razvoj govora vpliva več dejavnikov: zdrav in pravilno razvit živčni sistem, ustrezno razvite psihične funkcije (pozornost, zaznavanje, mišljenje, pomnjenje itd.), pravilno razviti čuti (vid in sluh), ustrezen govor okolice, zelo pomembna pa je tudi ustrezna razvitost in motorika govornih (ustnice, jezik, mehko nebo, mišice ...).

Zadnja leta je med otroki prisotnih vedno več govorno-jezikovnih težav, ki pa so pogosto povezane ravno s slabo motoriko govornih organov. Otroci imajo slabšo artikulacijo, izpuščajo glasove, ki jih ne zmorejo izgovoriti, njihov govor pa je posledično popačen in težje razumljiv. Vedno več otrok tako potrebuje logopedsko pomoč.

Motorične spretnosti je potrebno začeti razvijati že zgodaj. Poleg številnih aktivnosti za razvijanje grobih in finomotoričnih spretnosti je pomembno tudi izvajanje aktivnosti, ki krepijo in spodbujajo motoriko govornih. V nadaljevanju so predstavljene nekatere aktivnosti, ki jih otroci ponavadi radi izvajajo in se pri tem zabavajo, hkrati pa krepijo tudi delovanje govornega aparata. Poleg tega je podanih tudi nekaj idej za igre, s katerimi pri otroku razvijamo aktivno poslušanje, ki ima prav tako veliko vlogo pri razvoju govora in jezika.



Vaje za urjenje poslušanja

- Določanje smeri zvoka: v roke vzamemo ropotuljo. Otroku naročimo, da zapre oči in dobro posluša. Ko sliši zvok, naj z roko pokaže smer, iz katere prihaja.
- Ločevanje različnih vrst zvokov: na mizo damo različne predmete (kozarec, ropotuljo, papir, zvonec itd.). Otroku povemo, da bomo ustvarili zvok z enim od predmetov na mizi, on pa mora ugotoviti, kateri predmet je pravi. Lahko mu zavežemo oči, otrok pa sproti določa, s čim smo ustvarili zvok.
- Usmerjanje pozornosti: otroku beremo pravljičico, pred tem pa mu damo navodilo, naj dobro posluša in zaploska vsakič, ko se bo v zgodbi pojavila neka žival oziroma beseda/kategorija, ki smo jo predhodno določili. Vsakič se osredotočimo na kaj drugega.

Vaje za mehko nebo

- Z žvečilnim gumijem napihujemo balončke ali pa napihujemo zračne balone.
- Grgramo vodo.
- S slamico prenašamo različne predmete (skozi slamico vsrkamo vato in zadržimo zrak, da vata ne pade na tla. Vato poskušamo prenesti čim dlje). Prenašamo lahko tudi vodo.
- Žvižgamo.
- Zehamo.

Vaje jezika



- Jezik večkrat hitro dvignemo za zgornje zobe.
- Posnemamo konjička (tleskanje z jezikom).
- Posnemamo tiktakanje ure. Čim jasneje izgovarjamo tik-tak, tik-tak. Najprej počasi, nato pa vedno hitreje.
- Posnemamo zvok avtomobila, ustnice se tresejo »brrr«.
- Posnemamo helikopter. Ustnici se treseta kot pri avtomobilu, le da damo jezik iz ust, ga naslonimo na spodnjo ustnico in brnimo »brrr«, jezi pa se pri tem trese med ustnicama.
- Posnemamo muco, ki pije mleko. Jezik potisnemo iz ust, kolikor le lahko, nato pa ga potegnemo nazaj v usta.
- Posnemamo muco, ki se oblizuje. Jezik iztegnemo in se oblizujemo okoli ust.
- Muca si umije zobe. S konico jezika potujemo po zgornjih in spodnjih zobeh.
- Z jezikom posnemamo brisalce. Jezik potisnemo iz ust in ga hitro premikamo iz enega kotička ust v drugega.
- Z jezikom naredimo bonbonček. Zapremo usta in jezik pomikamo po notranji strani lica gor in dol.
- Konico jezika potisnemo k spodnjim zobem in dvigamo hrbet jezika.
- Posnemamo petje: la, la, la.