

## 6 marca - Europejski Dzień Logopedy

Logopeda w najprostszym tłumaczeniu jest to terapeuta zajmujący się pomocą z zaburzeniami wymowy, takimi jak seplenienie, rotacyzm, afazja, jąkanie, terapią dzieci z niedosłuchem, rozszczepem i upośledzeniami w różnym stopniu. Jego podstawowym zadaniem jest zapobieganie zaburzeniom mowy (profilaktyka), rozpoznawanie (diagnoza) oraz usuwanie wad wymowy w trakcie terapii logopedycznej.

Europejski Dzień Logopedy obchodzony jest w krajach Unii Europejskiej od 2004 roku. W Polsce święto obchodzone jest od 2007 roku. Z tej okazji w oddziałach przedszkolnych ZSP w Goniądzu odbyły się spotkania z nauczycielem logopedą, panią F. Dudkiewicz; 6 marca w klasie 0a i 7 marca w klasie 0b.

Dzieci dowiedziały się na czym polega praca logopedy, jak przebiega badanie logopedyczne i terapia logopedyczna oraz jak ważną rolę w usuwaniu wad wymowy odgrywa zaangażowanie dziecka w ćwiczenia z logopedą oraz codzienna, systematyczna praca z rodzicem w domu. Jest to właściwie najważniejszy element uzyskania pozytywnych efektów terapii, ponieważ w czasie spotkań w gabinecie, które odbywają się raz w tygodniu, uczeń poznaje układ buzi i ćwiczenia właściwe dla danej głoski. Natomiast systematyczne ćwiczenia w domu spowodują, że uczeń w krótszym czasie przyswoi prawidłową jej realizację. W przeciwnym razie usunięcie wady wymowy będzie wymagało o wiele więcej czasu.

Podczas spotkania z logopedą uczniowie oddziałów przedszkolnych mieli okazję wykonywać przykładowe ćwiczenia logopedyczne:

- fonacyjne - klasyczne mormoranda, tworzone z wykorzystaniem głosek nosowych [m], [n] czy przedłużoną realizację samogłosek;
- oddechowe – ze piórkiem, wiatraczkiem, słomką do napojów;
- usprawniające motorykę aparatu mowy – ćwiczenia warg, języka, policzków, podniebienia miękkiego; ćwiczenia te przeprowadza się przed lustrem tak, aby dziecko widziało swoją twarz i twarz logopedy;
- przykładowe ćwiczenia buzi do głosek sz, ż cz, dż
  - malowanie podniebienia czubkiem języka - buzia otwarta, czubek języka przesuwamy od górnego wałka dziąsłowego w stronę gardła,
  - kląskanie „przyklejanie” języka do podniebienia i głośne „odklejanie”go,
  - całusek - ściągamy usta i wysuwamy do przodu,
  - pyszczek rybki w wodzie - zęby złączone, wargi zaokrąglone i lekko wysunięte do przodu, zamykają się i otwierają,

- naśladowanie odgłosu pojazdu – wymawiamy bardzo dokładnie na p rzemian samogłoski i – u (e – o);
- przykładowe ćwiczenia buzi do głoski [r]
  - pionizacja języka z głoską [L]:
    - la le lo lu ly ---- al ol el ul yl
    - Ala, Ela, Ola, Ula ---- lalala lelele, lololo, lululu,
    - bla ble blu ---- kle kle kle ---- patataj patataj
    - nalapatada nelepetede nolopotodo nylypytydy
    - woźnica zatrzymuje konia – prr, prr, prr...,
    - odgłos pracy silnika samochodu – brum, brum, brum...,
    - odgłos wydany, kiedy jest nam zimno – brr, brr, brr...,
    - dźwięk wydawany przez kruki i wrony – kra, kra, kra...,
    - odgłos dzwonka rowerowego – dryń, dryń, dryń...,
    - ćwierkanie wróbli – ćwir, ćwir, ćwir....
    - tra tre tro tru try dra dre dro dru dry

Dzieci poznały również sposoby utrwalania głosek, np. w grach planszowych lub formach zabawowych. Na zakończenie spotkania przedszkolaki razem z wychowawczyniami zostały zaproszone do gabinetu logopedycznego, gdzie mogły obejrzeć jego wyposażenie oraz poćwiczyć buzię przed dużym lustrem.

Poniżej przedstawiam informacje skierowane do rodziców, dotyczące rodzajów zaburzeń mowy, przyczyn powstawania wad wymowy oraz sposobów stymulowania przez nich mowy dziecka (kształtowania wymowy i rozwijania słownictwa), by nie dopuścić do wystąpienia wad wymowy.

### **Najczęściej spotykane zaburzenia mowy to:**

- seplenienie międzyzębowe – w czasie wymawiania głosek takich, jak np. s, z, c, dz język wsuwany jest między zęby;
- seplenienie proste – to najczęściej zamiana głosek sz, ż, cz, dż na s, z, c, dz bądź ś, ź, ć, dź np. zamiast szkoła – skoła;
- rotacyzm – brak głoski r (głoska r jest zastępowana głoską l lub j) lub nieprawidłowa jej wymowa;
- bezdźwięczność – głoski dźwięczne ulegają ubezdźwięcznieniu np. woda – fota,
- mowa cicha, niewyraźna lub gwarowa np. kiedy – kedy.

### **Przyczyny wad wymowy**

Wśród przyczyn wad wymowy wymienia się zewnętrzne i wewnętrzne.

Zewnętrzne, to błędy popełniane przez opiekunów, np.:

- brak doświadczeń werbalnych (zdarza się, że rodzice nie mówią do dziecka, pozostawiają je same przed telewizorem, tabletem, komputerem),

- ubogi słownik opiekunów, liczne agramatyzmy,
- spieszczenie wyrazów, używanie języka dziecięcego,
- wady wymowy rodziców,
- posługiwanie się dialektem.

Wewnętrzne to te, które tkwią w dziecku, np.:

- niska sprawność narządów artykulacyjnych,
- wady zgryzu,
- zaburzenia słuchu fonemowego (zdolność rozpoznawania i różnicowania dźwięków mowy),
- upośledzenie słuchu,
- uszkodzenie centralnego układu nerwowego,
- nieprawidłowa budowa narządów artykulacyjnych (np. rozszczep podniebienia, zbyt krótkie wędzidełko języka lub wargi górnej, porażenie mięśni),
- inne zaburzenia fizjologiczne (np. przerost trzeciego migdałka, częste stany kataralne, polipy, krzywa przegroda nosowa),
- wadliwy sposób oddychania,
- upośledzenie umysłowe,
- zaburzenia emocjonalne.

### **Jak stymulować rozwój mowy?**

Rodzice w prosty sposób mogą nie dopuścić do wystąpienia wad wymowy u dzieci. Oto kilka wskazówek, które pomogą kształtować wymowę i rozwijać słownictwo dziecka:

- Jedzenie ma ogromny związek z mówieniem. Podczas spożywania posiłków pracują narządy artykulacyjne. Mowa dziecka kształtuje się na bazie umiejętności ssania, połykania, oddychania, gryzienia, żucia. Karm dziecko piersią jak najdłużej. Ssanie to najlepsze ćwiczenie języka i warg. Ważne jest, by dziecku zbyt długo nie podawać „papek”. Pozwól mu gryźć i żuć twarde rzeczy. Wtedy wspierasz rozwój jego mowy. Zaburzenia ssania, połykania i żucia zwykle poprzedzają zaburzenia mowy.
- Pobudzaj narządy artykulacyjne delikatnym masażem (głaskanie, subtelne rozcieranie języka, dziąseł, policzków, warg). Propozycje masażów znajdziesz [tutaj](#).
- Nie pozwól, aby dziecko zbyt długo ssało smoczek. Oprócz wad zgryzu i deformacji podniebienia, może skutkować to słabszym rozwojem mięśni narządów artykulacyjnych (warg, języka), co w konsekwencji spowoduje utrudnioną wymowę niektórych głosek, np. p, b, m, w, f, ś, ć, ź, dź, sz, ż, cz, dż, l, r, s, z, c, dz, a czasem także t, d, n. Poza tym, gdy dziecko ma w buzi smoczek, nie może mówić. A może zrezygnować ze smoczka?

- Naucz dziecko pić z kubka. Wygodne dla rodziców i często stosowane „niekapki” wykrzywiają dzieciom zęby.
- Wprowadzaj ćwiczenia usprawniające pracę narządów artykulacyjnych oparte na zabawie, np. parskanie, cmokanie, kłaskanie, ziewanie, naśladowanie odgłosów zwierząt, pojazdów, czynności.
- Wykonuj z dzieckiem ćwiczenia oddechowe, aby utrwalić prawidłowy sposób oddychania, który jest ważny w procesie mówienia (np. dmuchanie baniek mydlanych, piórek, confetti, zdmuchiwanie świeczek, wachanie kwiatków, dmuchanie wiatraczka, ćwiczenia przepony, picie i dmuchanie przez słomkę).
- Zadbaj o rozwój ruchowy swojego dziecka, gdyż rozwój mowy ściśle wiąże się z rozwojem ruchowym. Niech dziecko pełza, raczkuje, bawi się na podłodze, dywaniku. Naucz dziecko wchodzić po schodach, wspinać się po drabince, jeździć na rowerze, hulajnodze, rolkach, zachęcaj do biegania i pozwól mu bawić się na trzepaku.
- Wykorzystaj każdą sytuację życiową do rozmowy z dzieckiem – podczas zabiegów pielęgnacyjnych, zabaw, spacerów, codziennych czynności. Pokazuj nowe rzeczy i nazywaj je. Używaj prostego słownictwa. Staraj się utrzymać kontakt wzrokowy. Mów w ciepły i łagodny sposób, wyraźnie, ale powoli w naturalnym tempie. Jest to tak zwana „kąpiel słowna”, która działa na dziecko uspokajająco.
- Pozwól dziecku dotykać swojej twarzy. Dzięki temu będzie wiedziało jak ułożyć wargi i język podczas mówienia.
- Usprawniaj ręce dziecka – nawlekaj koraliki, makaron, guziki, baw się plasteliną, ugniataj ciasto, wycinaj, rób szaszłyki, stempluj, przewlekaj sznurowadła, baw się klamerkami, piłką. Funkcje manualne i funkcje mowy są ściśle ze sobą powiązane ze względu na bliskość położenia w okolicach kory mózgowej.
- Dostarcz dziecku jak najwięcej bodźców dźwiękowych: śpiewaj, nuć piosenki, słuchaj bajek dźwiękowych, muzyki, mów wiersze, rymowanki. Podczas tych zabaw dziecko lepiej zapamiętuje słowa, rytm, melodię.
- Mów do dziecka poprawnym językiem, nie stosuj pieszczotliwych słów, licznych zdrobnień. Pamiętaj, że to ty jesteś nauczycielem. Daj dziecku poprawne wzorce mowne.
- Czytaj dziecku. To nie tylko poszerza zasób słownictwa, ale także ćwiczy koncentrację uwagi, pobudza wyobraźnię i utrzymuje więź z dzieckiem. Wyłącz telewizor, laptop, tablet, telefon. Znajdź czas dla dziecka, ono uczy się mowy poprzez zabawę i rozmowę z rodzicami. A jeśli już oglądasz film, to razem z dzieckiem.
- Oglądaj obrazki, opowiadaj o tym co widzisz, nazywaj przedmioty, opisuj je. Zadawaj dziecku proste pytania tak, aby sprowokować je do mówienia.

- Zadbaj o to, aby dziecko miało kontakt z rówieśnikami i innymi dorosłymi. To zmobilizuje je do konwersacji.
- Nie przerywaj, gdy dziecko mówi, ani nie krytykuj i nie śmiej się z jego wypowiedzi. To może spowodować, że będzie wstydziło się wypowiadać.
- Nie zmuszaj dziecka do wymawiania głosek, na które jeszcze nie jest gotowe, np. głoska „r”.
- Stwarzaj sytuacje, zachęcające dziecko do mówienia, np. wspólne gry planszowe, zabawa w sklep, pocztę, szkołę. Wcielanie się w role uczy dziecko samodzielności.
- Obserwuj, czy dziecko dobrze słyszy. Sprawdź, czy reaguje na dźwięki z otoczenia (czy odwraca głowę w kierunku źródła dźwięku). Dobry słuch jest warunkiem rozwoju mowy. W przypadku wątpliwości, zgłoś się do pediatry.

*Opracowała F. Dudkiewicz - logopeda*