

JAK POMÓC DZIECKU W ROZWIJANIU MOWY

Mowa jest sprawnością, która wymaga doskonalenia. Jedyną drogą do jej nabywania jest kontakt ze środowiskiem, a więc przejmowanie prawidłowych wzorców mowy poprzez osłuchanie się z nią w najbliższym otoczeniu. To ile i w jaki sposób mówimy do dziecka ma bardzo duży wpływ na rozwój jego mowy. Oto wskazówki dla opiekunów dziecka (rodziców, nauczycieli, starszego rodzeństwa), które podpowiedzą, co moglibyśmy i co powinniśmy zrobić, by mowa dziecka rozwijała się poprawnie i we właściwym tempie. A zatem, należy:

- Jak najwięcej mówić do dziecka, podczas zabiegów pielęgnacyjnych, zabaw, codziennych czynności i spacerów. Każda sytuacja jest dobra, aby wychowywać dziecko w tzw. „kąpieli słownej”. Ciepły i łagodny głos opiekuna działa na dziecko wyciszająco i uspokajająco. Pamiętajmy też o tym, że do dziecka należy mówić powoli i wyraźnie, a zdania nie powinny być zbyt długie.
- Rozwój mowy dziecka przebiega według pewnych schematów czyli faz rozwojowych głosek np. głoska sz przechodzi kolejne etapy: brak głoski, zamiana na ś, potem s, na końcu sz (alík - sialík - salík - szalik). Głoska r przechodzi tą samą drogę lecz jest zamieniana na j bądź l: kowa - kjowa - kłowa - krowa lub obi - jobi - lobi - robi. Zamiast niepotrzebnie martwić się niewłaściwą wymową dziecka warto zapoznać się z kolejnymi etapami tego procesu. Niezbędne informacje znajdziesz w artykule.
- Trzeba wiedzieć, że w procesie rozwoju mowy występują okresy nasilenia i względnego zastoju. Zastój przypada zwykle na czas nauki chodzenia, kiedy to dziecko fascynuje się nową umiejętnością i zwiększonymi możliwościami poznawania świata. Po opanowaniu sztuki chodzenia znów wraca do pilnej pracy nad mową. Jednocześnie opóźniony rozwój sfery ruchowej lub jej zaburzenia, spowolniają rozwój mowy. Jeśli więc dziecko zaczęło chodzić później niż jego rówieśnicy, istnieje bardzo duże prawdopodobieństwo, że również zacznie mówić nieco później. Dlatego też warto stymulować rozwój ruchowy np. przez rozwijanie sprawności manualnych oraz kształtowanie poczucia rytmu, ale wszystkim takim zabawom powinna towarzyszyć mowa (poprawne wzorce dla dziecka).
- Dostarczać bodźców dźwiękowych, śpiewać, nucić piosenki, słuchać bajek dźwiękowych i uspokajającej lub ożywiającej (zależnie od potrzeb) muzyki. Rodzice powinni mieć świadomość, że niepotrzebnie i zbyt głośno włączony telewizor lub radio wprost „bombardują” niedojrzały układ nerwowy dziecka zbyt dużą ilością bodźców.
- Należy obserwować dziecko czy i jak reaguje na dźwięki z otoczenia. Ponieważ dobry słuch jest warunkiem rozwoju mowy, należy bacznie zwracać uwagę czy

dziecko odwraca głowę w kierunku źródła dźwięku, reaguje na odgłos dzwonka lub telefonu. Najprostszy test polega na potrząsaniu grzechotką za plecami dziecka z prawej i lewej strony i obserwowaniu jego reakcji. W przypadku jakichkolwiek wątpliwości należy zgłosić się do pediatry i poprosić o skierowanie na badanie słuchu.

- Rozwojowi mowy sprzyja karmienie piersią, ponieważ ssanie dziecka to najlepsze w tym okresie ćwiczenie języka i warg. Podczas zaspakajania potrzeb pokarmowych niemowlę uaktywnia cały narząd artykulacyjny. Zaburzenia ssania, połykania i żucia zwykle poprzedzają zaburzenia mowy.
- Już w okresie niemowlęcym możemy stymulować pracę narządów artykulacyjnych poprzez delikatny masaż. Jest on szczególnie wskazany u dzieci z obciążonym okresem okołoporodowym np. gdy występują niedomogi w zakresie ruchomości warg i języka. Masaż taki polega na głaskaniu, delikatnym nacieraniu, wcieraniu czy rozcieraniu języka, dziąseł, policzków i warg, na stymulowaniu narządów mownych kontrastowymi bodźcami smakowymi: słodki krem - kwaśny sok, słony serek - słodki kisiel, zimna kostka lodu - ciepły budyń, itp.
- Podstawowe zadanie rodziców w okresie kształtowania się mowy dziecka polega na dostarczaniu prawidłowych wzorców wypowiedzi. Rodzice muszą mówić poprawnie! Nie mogą pozwolić sobie na powtarzanie wytworów językowych dziecka. To nie rodzice mają się uczyć mowy od dziecka, ale dziecko od rodziców. Gdy nazbyt często mówimy do dziecka pieszczotliwie, używając licznych zdrobnień, dajemy złe wzorce mowne, a dziecko w przyszłości będzie musiało uczyć się języka od nowa. Chyba szkoda jego czasu na to. Aby zrozumieć jak bardzo jest to istotne należałoby odwołać się do nauki języka obcego. Ucząc się nowych słów kojarzymy nazwę przedmiotu z jego obrazem. Pomyślmy co byśmy czuli, gdyby po 2 latach nauki okazało się, że zapamiętaliśmy niewłaściwe słowa i musimy wszystko zacząć od początku. Aby zaoszczędzić dziecku rozczarowań i podwójnej pracy, mówmy do niego posługując się poprawną polszczyzną.
- W dzieciach drzemie naturalna skłonność do mówienia, uważajmy na to, aby jej nie tłumić swoim nadmiernym gadulstwem lub wyręczaniem dziecka w mówieniu. Czasem wystarczy obojętność, cierpka uwaga, brak zrozumienia i czasu na wysłuchanie tego co dziecko ma nam lub komuś do powiedzenia, aby zahamować ten proces. Wokół nas tyle się dzieje, stwarzajmy dziecku okazję do wypowiedzenia tego co przeżyło. Niech opowie nam bajkę, którą obejrzało, podzieli się wrażeniami z przedszkola, wymyśli zakończenie do czytanego przez nas opowiadania.
- Jeżeli dziecko źle wymawia jakąś głoskę - nie każmy powtarzać wyrazów zawierających tę głoskę ponieważ to tylko utrwala złą wymowę. Dziecko nie

przygotowane pod względem artykulacyjnym, niedostatecznie różnicujące słuchowo dźwięki mowy, a zmuszane do artykulacji zbyt trudnych dla niego głosek, często zaczyna je zniekształcać, wymawiając nieprawidłowo. Utrwalone złe nawyki mowne dziecka trudno jest później skorygować i wydłuża to czas terapii logopedycznej. Powyższa uwaga szczególnie często dotyczy głoski „r” (rozwija się ona później od innych głosek), która przyjmuje niekiedy postać „r” tylnojęzykowego, dość trudnego do zlikwidowania. Nie należy też karać ani zawstydzać dziecka za wadliwą wymowę, gdyż hamuje to chęć do mówienia, a w konsekwencji spowalnia proces rozwoju mowy.

- W okresie kształtowania się mowy nie należy dziecka leworęcznego zmuszać do pisania prawą ręką, gdyż zaburza to funkcjonowanie mechanizmu mowy, co w konsekwencji może prowadzić do zacinań się lub nawet jąkania.
- Kiedy dziecko zaczyna dopytywać się jaka to litera, to zwróćmy szczególną uwagę na prawidłowe wybrzmiewanie głosek. Nie wymawiamy „ty” lecz krótko „t” (bo ty to są 2 głoski t - y). Jeśli dostarczamy dziecku złych wzorców, nie dziwny się że wyraz tata przegłoskuje ono jako: TY-A-TY-A, mama MY-A-MY-A. Pamiętajmy, że wszystkie spółgłoski wymawiamy krótko bez elementu wokalicznego w postaci „y...”. Wbrew pozorom nie jest to łatwe i wielu rodziców (niestety także nauczycieli) powinno nauczyć się prawidłowego głoskowania. Inaczej sprawimy, że dziecko będzie miało trudności z analizą i syntezą słuchową wyrazów, a w przyszłości trudności w czytaniu i pisaniu.
- Jeśli zauważymy u dziecka opóźniony rozwój mowy, warto wybrać się do logopedy i pomyśleć o zapisaniu go do przedszkola lub na zajęcia o zwiększonej ilości kontaktów z innymi dziećmi (Dom Kultury, Klub Osiedlowy). Wpływ grupy rówieśniczej mobilizuje do mówienia, a zabawa stwarza sprzyjające sytuacje aktywizujące spontaniczną mowę dziecka.

Ćwiczenia usprawniające narządy mowy, a w szczególności język, wargi i podniebienie przygotowują do prawidłowego mówienia. Można je prowadzić w formie zabawy już z dwu- lub trzyletnim dzieckiem. Dzieci mają naturalną skłonność do wielokrotnego powtarzania ulubionych zabaw, stąd jeśli potraktujemy ćwiczenie jako zabawę, będzie ono dla dziecka autentyczną przyjemnością. Rola dorosłego polega na pokazaniu poprawnie wykonanego ćwiczenia i zachęcaniu dziecka do pracy przez chwalenie za podejmowany wysiłek, choćby efekty nie były od razu widoczne. Lepiej ćwiczyć krótko, ale częściej: 3-4 minut z 3-latką, do 10 ze starszym dzieckiem. Pamiętajmy jednak, że czas trwania i liczbę powtórzeń należy dostosować do indywidualnych potrzeb oraz możliwości dziecka. Na początku można wykonywać ćwiczenia z dzieckiem przed lustrem, a kiedy potrafi już wykonać z autokontrolą słuchową, wówczas wskazane jest wykorzystywać każdą nadarzącą się okazję: spacer

do parku, jazdę samochodem, drogę do przedszkola i na zakupy, zabawy w kąpiel. Dzieci najlepiej i najchętniej uczą się przez zabawę, dlatego nasze działania powinny być czasowo dostosowane do ich chęci, aktualnych zainteresowań i możliwości, a co najważniejsze - powinny sprawiać im radość. Ćwiczenia logopedyczne zaczynamy od najprostszych, stopniowo zwiększając ich trudność. Na początku wykorzystajmy naturalne okazje, aby pogimnastykować aparat mowy, a w dalszym etapie warto aranżować zabawy, by aktywizować dziecko do mówienia - oto przykłady:

● **Naturalna gimnastyka narządów mownych dziecka**

- kiedy dziecko ziewa nie gań go (to przecież naturalne zachowanie), lepiej poproś, aby ziewnęło jeszcze kilka razy, zasłaniając usta - nadaj temat takiej zabawie (senny lew);
- gdy na talerzu został ulubiony sos lub rozpuszczony lód - pozwólmy dziecku wylizać go językiem. To ćwiczenie, choć jest mało eleganckie, za to bardzo skutecznie gimnastykuje środkową część języka;
- jeśli dziecko dostało lizaka zaproponuj, aby lizało go unosząc czubek języka ku górze;
- po śniadaniu lub kolacji posmarujmy dziecku wargi miodem, kremem czekoladowym i poproś, aby zlizalo je dokładnie - nadaj tej zabawie temat, np. zaproponuj zabawę w misia Puchatka, który odbiera nagrodę za swoje zwycięstwo;
- przy porannym i wieczornym myciu zębów zaproponuj dziecku zliczanie zębów czubkiem języka lub witanie się z nimi w ten sposób, aby czubek języka dotknął każdego zęba osobno;
- korzystając z okazji wspólnego z dzieckiem rysowania, sprawdź czy dziecko potrafi narysować kółko (językiem dookoła warg) lub kreseczki (od jednego do drugiego kącika ust);
- żucie pokarmów, dmuchanie na talerz z gorącą zupą lub dowolne lekkie przedmioty, chuchanie na zmarznięte dłonie, cmokanie, puszczenie baniek mydlanych a nawet popychanie językiem papierowych statków na wodzie to też ćwiczenia aparatu artykulacyjnego.

● **Zabawy poprzez naśladowanie różnorodnych odgłosów** (zabawy dźwiękonaśladowcze) i czynności, to również skuteczne i atrakcyjne dla dzieci treningi aparatu mowy. A zatem, proponujemy dziecku naśladowanie ruchów oraz głosów zwierząt i przedmiotów za pomocą warg i języka np.:

- **Konik jedzie na przejażdżkę.** Naśladuj konika stukając czubkiem języka o podniebienie, wydając przy tym charakterystyczny odgłos kłaskania;
- Wilk gonił Zająca i bardzo się zmęczył, wysunął język i dyszy. Wsuń język jak najdalej - pokaż **dyszącego wilka**;

- **Huśtawka** unosi się do góry, a potem wraca na dół. Otwórz szeroko usta i poruszaj językiem tak, jakby się huśtał (w górę i w dół, od dolnego do górnego wałka dziąsłowego);
- Udając **ryjek świnki** wysuń obie wargi do przodu, potem połóż na górnej wardze słomkę i spróbuj ją jak najdłużej utrzymać;
- Naśladowanie chomika - dziecko wypycha policzki językiem raz z prawej raz z lewej strony. Ćwiczenie wykonuje się przy mocno zaciśniętych wargach;
- **Język jak żołnierz na defiladzie.** Na raz - czubek języka wędruje na górną wargę, na dwa - czubek języka dotyka lewego kącika ust, na trzy - czubek języka na dolną wargę, na cztery - czubek języka przesuwamy do prawego kącika ust;
- **Język jak malarz** (maluje sufit dużym pędzlem). Pomaluj językiem swoje podniebienie, zaczynając od zębów w stronę gardła;
- **Język jak zjeżdżalnia.** Dziecko próbuje zrobić zjeżdżalnię dla krasnoludków ze swojego języka. Opiera czubek języka za dolnymi zębami i unosi do góry jego środkową część. Należy bardzo uważać, aby język nie wysuwał się przed zęby;
- **Język jak młotek.** Dziecko próbuje zamienić język w młotek i uderza o dziąsła tuż za górnymi zębami, naśladowując wbijanie gwoźdźcia;
- **Udajemy otwieranie i zamykanie drzwi.** Dziecko pokazuje jak wargi ściągnięte do przodu, otwierają się i zamykają.

Powyższe ćwiczenia należy traktować wybiórczo, bowiem zastosowanie wszystkich jako schematu lub programu ćwiczeń może się okazać zbyt męczące i mało atrakcyjne dla dziecka. Nie przesadzajmy również z czasem trwania takich zabaw. Zaproponowane ćwiczenia mogą jedynie wspomóc i przyspieszyć naturalny proces rozwoju mowy, ale nie mogą zastąpić wizyty u logopedy koniecznej, gdy dziecko ma jakąkolwiek wadę wymowy.

Pamiętajmy również o tym, że w języku polskim nie ma głosek wymagających wysuwania języka przed zęby, po brodę czy do wysokości nosa, ani też wypychających policzki, dlatego też zabaw wymagających takich ruchów języka nie należy stosować nazbyt dużo, a jedynie w celu wzmocnienia mięśni języka. Warto takim zabawom nadawać temat, np. język jak szyja żyrafy, język jak trąba słonia, język jak łapka chomika itp. Uwaga ta jest istotna, zwłaszcza w kontekście pracy z dziećmi upośledzonymi umysłowo (podatne na bezkrytyczne naśladowanie), które po intensywnej serii zabaw polegających na wysuwaniu języka nabywają tendencji do czynienia takich ruchów w innych sytuacjach nie związanych z zabawą i usprawnianiem aparatu mowy. W przypadku słabej pionizacji języka u dziecka, gdy nie rozwijają się takie głoski jak: sz, ż, cz, dż oraz l i r warto wybierać te zabawy, które wymagają unoszenia języka ku podniebieniu i w stronę górnych zębów.

Dzieci wzbogacają swoje słownictwo każdego dnia, wtedy gdy wypowiadają słowa (rozwijają **słownictwo czynne**) i kiedy je tylko mają w myślach lub usłyszą, a

rozumieją ich sens (rozwijają **słownictwo bierne**). Rola opiekunów polega na tym, by jak najwięcej słów ze słownika biernego przechodziło do słownika czynnego, czyli by dziecko systematycznie gromadziło słownictwo wokół różnych tematów, a następnie zaczęło je stosować w odpowiednich sytuacjach.

Zabawy rozwijające mowę należy proponować dzieciom uwzględniając zasadę stopniowania trudności. Tak więc rozpoczynamy od tego co jest dziecku bliskie i czego już doświadczyło. Małe dziecko uczy się na konkretach, więc nie zaczynamy od zjawisk trudnych, ale od konkretnych przedmiotów, stopniowo przechodząc do ich ilustracji aż do utrwalenia właściwej nazwy.

● **Zabawy słowne.** Do tego typu zabaw potrzebny jest zestaw różnych obrazków, zdjęć, ilustrowanych książeczek, gier planszowych lub gier komputerowych. Ta czym się bawimy z dzieckiem zależy w dużej mierze od pomysłowości samych opiekunów. W wielu przypadkach samo dziecko wskaże nam co go aktualnie interesuje i warto takie sytuacje wykorzystać. Oto przykłady zabaw słownych dla nieco starszych dzieci:

- **Rymowanki** - rymy łatwo wpadają w ucho, pozwalają przekonać się że wśród wielu słów są takie, które brzmią podobnie a znaczą zupełnie co innego. Zaczynamy od dobierania obrazków, których nazwy rymują się (łapka - czapka, jagoda - woda itp.). Potem do konkretnego słowa np. płot szukamy obrazka (kot) a następnie dziecko kończy rymowane zdania np. lata osa koło..., leci mucha koło..., przysła koza do...
- **Zabawy tematyczne.** Początkowo powinien nimi kierować dorosły, utrwalając i porządkując wiadomości zdobyte przez dziecko. Z czasem ono samo będzie wprowadzać w swoje działania to co widziało lub usłyszało, dodając sytuacje i zachowania, które podpowiada wyobrażenia. Świetnymi tematami do takich zabaw są: rodzina, sklep, urodziny lalek, u fryzjera, u lekarza, pan listonosz, w księgarni, wizyta u cioci i wszystko to, czego już doświadczyło dziecko.
- **Historyjki obrazkowe i obrazki sekwencyjne.** Świetna pomoc do doskonalenia wymowy dziecka, ale również do rozwijania myślenia przyczynowo - skutkowego. Możemy je znaleźć w pisemkach dla dzieci lub wykonać samodzielnie np. zrobić zdjęcia kolejno wykonywanych czynności przy ubieraniu, myciu rąk, przygotowywaniu posiłku. Zaczynamy od dwóch obrazków, stopniowo możemy dodać trzeci i czwarty. Prosimy dziecko o ustalenie odpowiedniej kolejności, opowiedzenie treści, wskazanie jakiego obrazka brakuje, dopowiedzenie zakończenia historyjki lub nadanie historyjce tytułu.
- **„Papuga”** (zabawa z paronimami). Dziecko wskazuje na obrazkach i powtarza wybrane wyrazy: „bułka” - „półka”, „pąki” - „bąki” (p-b), „piec” - „pies” (c-s), „domek” - „Tomek”, „tama” - „dama” (d-t), „koza” - „kosa” (s-z), „loki” - „leki” (o-e), itd.

- **Zabawa „Detektyw”**. Dzieci bardzo lubią szukać różnych przedmiotów, warto więc zaproponować im również szukanie słów, które możemy ze sobą łączyć w pary. Wygrywa ta osoba, która wymyśli więcej słów pasujących do siebie np.: mama - prasuje, gotuje, zmywa, śpiewa...; lalka jest - duża, plastikowa, ładna..., czytamy - książkę, gazetę, bajkę, ogłoszenie, list, itp. Można też szukać różnych wyrazów o tym samym znaczeniu: samochód - auto, chorągiewka - flaga lub też wyrazów przeciwstawnych: duży - mały, wysoki - niski, szeroki - wąski, gruby - chudy;
- **Zabawa: „Prawda i fałsz”**. Rozróżnianie mowy prawidłowej od nieprawidłowej.
- **Gry i zabawy komputerowe**. Jest wiele atrakcyjnych dla dzieci gier i zabaw komputerowych - ich opis znajdziesz w dziale „wykorzystanie komputera”. Istotnym ich walorem jest to, że wykorzystują one interesującą grafikę, animacje, ruch, muzykę, atrakcyjne dla dziecka tematy zabaw. W takich zabawach dziecko może się czuć sprawcą działania i otrzymywać obrazkowe lub dźwiękowe nagrody za dobrze wykonane działania.
- **Gry i zabawy dydaktyczne** typu: domino, nawlekanki, rebusy, szyfrówki, labirynty, ukrywanki, zagadki, szarady inscenizacyjne, krzyżówki i inne. Zabawy tego typu mają swoją formę, strukturę, temat i reguły, którym trzeba się podporządkować. Dziecko uczy się zatem jednocześnie ról społecznych i językowych. Dzięki takim ćwiczeniom i aktywnym udziałem w grze i zabawie dziecko ma szansę poszerzać swoje słownictwo i zdobywać umiejętność budowania wypowiedzi w określonej grze lub zabawie sytuacji, czyli nabywać tzw. kompetencję i sprawność językową.

Opracowanie - Marzena Mieszkowicz – neurologopedia

Źródło: <http://poradnik-logopedyczny.pl/profilaktyka-logopedyczna/kształtowanie-mowy/19/jak-pomoc-dziecku-w-rozwijaniu-mowy.html>