

LOGOPEDIE

Logopedie je nauka o lidské řeči, jejích poruchách, diagnostice a léčbě.

Řeč se tvoří na výdechovém proudu vzduchu, jednotlivé hlásky pak správným postavením mluvidel /jazyk, rty, zuby, čelisti/. Když dítě špatně hospodaří s dechem, neumí správně dýchat, má špatnou hybnost mluvních orgánů apod., má i špatnou výslovnost.

Pokud chceme dítěti pomoci s nápravou vadné výslovnosti, musíme začít právě u dechových a artikulačních cvičení = rozhybávání mluvidel.

Nejlepší cestou k úspěchu je, aby se dětem cvičení líbilo: Provádíme ho formou hry - hrajeme si na něco /několikrát za den/. Stačí jen chvílička, ale často.

Nabízíme Vám zde množství dechových i artikulačních cvičení, které můžete s dětmi provádět kdekoli – doma, na cestě do školky apod. a tím jim i pomoci v nápravě řeči.



CVIKY PRO ROZVÍJENÍ POHYBLIVOSTI MLUVIDEL:

Jazyk

- HOUPAČKA - Vypláznout jazyk, olizovat spodní ret, doprava, doleva.
STĚRAČE - Olizovat horní ret doprava, doleva /špička jazyka směřuje nahoru k nosu/.
MLSNÁ KOČIČKA - Olizovat rty dokola /můžete rty potřít nutelou, medem, marmeládou/.
OPIČKA - Udělat „bouličku“: Zavřít pusu, jazykem tlačit do tváří pod nos, na bradu.
HODINY - Uvolnit jazyk a pohybovat jím pomalu zprava doleva.
SEKAČKA - Uvolnit jazyk a pohybovat jím rychle zprava doleva.
KONÍK - „Klapat“ jazykem, jako když „klape“ koník kopýtky.
ČERTÍK - Rychle vtahovat a zatahovat jazyk, přitom cvrknat o horní ret – bllllbl.
ČERTÍČEK - Pohyb jazyka dopředu a dozadu = z pusy ven a zpět.
RAKETA - Vypláznout jazyk a dělat střídavě špičku a zploštit ho /napnout a povolit/.
MISTIČKA - Zvednout okraje vypláznutého jazyka nahoru.
RULIČKA - Rozplácnout vypláznutý jazyk a stáhnout rty.
MALÍŘ - Jezdit jazykem pomalým tempem vpřed a vzad po horním patře.
UMÝVÁNÍ - Olíznot si špičku nosu, bradu, horní ret, dolní ret.
DATEL - Ťukat špičkou jazyka na horní patro.
MLASKÁNÍ - Mlaskat a říkat si „mňam, mňam“.
KARTÁČEK - Špičkou jazyka jezdit po horních nebo spodních zubech – čistíme zuby.
FRKÁNÍ - Prskáním rozkmitat rty a jazyk.
MYŠKA - Pohybovat jazykem v zavřené puse.

Rty

- KOMÍNEK - Vyšpulit rty, povolit – stavba komínku.
PUSA - Poslat pusinku mamince.
PÍŠŤALKA - Pískat na rty.
KONÍK - Vibrovat s volně, k sobě přiloženými rty při výdechu = jako když frká koník.
SPÁLENÝ PRST - Foukat si na prst.
PEJSEK - Roztáhnout rty doširoka + úsměv = pejsek cení zoubky.
BRNKÁNÍ - Uvolnit rty a brnkat prstem o dolní ret (brm, brm).
KAPŘÍK - Vyšpulit rty, lehce otvírat a zavírat štěrbinu ze rtů.
KLAUN - Střídat velký úsměv a bez úsměvu.
TELE - Stahovat koutky střídavě doprava a doleva.
SCHOVÁVANÁ - Vtahovat rty dovnitř = aby nebyly vidět.



Čelist

JABLKO – Co nejvíce otevřít čelisti /při otevřených rtech/ = jíme velké jablko.

GARÁŽ – Pomalu otevírat a zavírat čelisti /při otevřených rtech/.

KOUSÁNÍ – Spouštět a přitahovat dolní čelisti při sevřených rtech.

ZIMA – Cvakat zuby.

KRAVIČKA – Pohybovat spodní čelistí vpravo a vlevo.

VÍTR – Držet horní zuby proti dolnímu rtu – foukat jako vítr – fí.

ZÍVÁNÍ – Otevřít hodně ústa a zívát = a-a-a-a-a.

VZDYCHÁNÍ – Vzdychat a-a-a-a-a, ach-ach-ach...

HLAD – Otvírat ústa s vyslovováním ham-ham-ham = máme hlad.

DIVENÍ – Vyslovovat aj-aj-aj-aj...

Tváře

FAJFKA – Nafouknout obě tváře a pouštět vzduch ven po troškách přes uzavřené rty.

BALÓNEK – Střídavě nafukovat levou nebo pravou tvář, pak obě dohromady.

KAPR – Vysát vzduch z tváří a vmáčknout je, rty vytvoří "osmičku".

ŠAŠEK – Střídat úsměv a mračení.

Měkké patro

Kloktání

Pití nápojů slánkou

Šeptání

Foukání brčkem do vody = dělat ve vodě bubliny

Příklady cvičení vždy se zavřenými ústy (dítě by mělo při všech hravých cvičeních udržet ústa zavřená, by bylo měkké patro co nejvíce aktivováno)

Zívání se zavřenými ústy

Nafukovat co nejvíc tváře



Cvičení pro "nohy"

- sedět na židli, odrážet se patami
- sedět na židli, zvednout paty a pokusit se vstát
- pomalá chůze po patách ("jako sloni")
- chůze po vnějších hranách chodidel
- chůze po vnitřních hranách chodidel
- obtisknout chodidlo v modelíně
- ve dvojici vleže - přetlačování chodidly

Cvičení pro "ruce"

- tlačit proti sobě ruce, míčky
- tlačit do stěny
- pomocí míčků odsunovat stůl nebo jiný předmět
- ve dvojici - tlačit proti sobě míčky, ruce

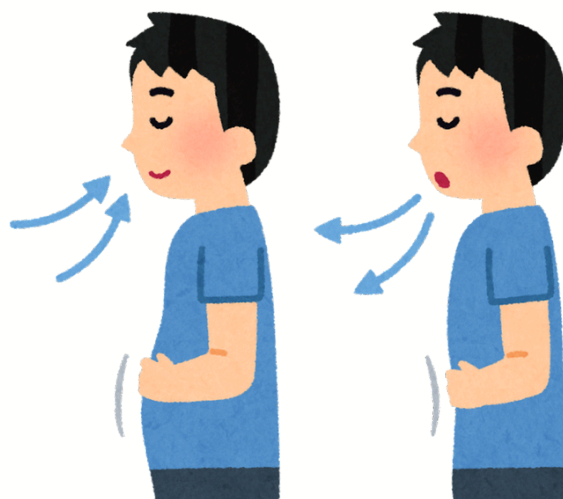
Cvičení pro "palce"

- palci tlačit stůl nebo jiný předmět
 - palcem jako razítkem vytvořit obrázek
 - obtisknout palce do modelíny
 - palcem přilepovat kousky papíru a tvořit tak obrázek
- Bouchání, koulení, strkání
- pěstí odrážet míč od země
 - odrážet míč menším míčem
 - boxovat proti stínu
 - kutálet těžký míč
 - vytlačovat někoho z místa pryč



DECHOVÁ CVIČENÍ:

ZRCÁTKO – Dýcháme na zrcátko – zamílí se. Můžeme na něj něco nakreslit.
ZIMA – Dýcháme si do “zmrzlých dlaní”.
SVÍČKA – Lehce foukáme do plamínku - plamínek tancuje. Silně - sfouknutí plamínku.
BUBLIFUK – Soutěžíme, kdo udělá největší bublinu - aby bublina nepraskla.
PEŘÍČKO – Foukáme do peříčka - kdo ho nejrychleji dofouká do cíle.
BUBLÁNÍ – Brčkem foukáme do vody – děláme bubliny.
VLOČKA – Foukáme do malé vystřižené vločky z papíru – tak, aby nám nespadla.
FOTBAL – Foukáme do malé vatové nebo papírové kuličky – do branky.
STRAŠIDLA – Brčkem rozfoukáváme barevnou kaňku na papíře – dokreslíme strašidlo.
VĚTRNÍKY – Foukáním roztáčíme větrník.
FLÉTNA – Učíme se hrát na flétnu.
LISTY – Za pomoci brčka přenášíme malé vyražené tvary lístečků na nakreslený strom.
KLAUN – Napodobujeme smích klauna.
KVĚTINKA – Čicháme ke květině.
VLÁČEK – Kdo nejdéle vydrží „houkat“ - na jeden dlouhý nádech vyslovujeme hůůů.
MEDVĚD – Napodobujeme - jak spí medvěd v zimě.
HOUPAČKA – Na nit zavěsíme např. papírovou kuličku – foukáním ji rozhoupeme.
BUBLINY – Nafoukneme jednu tvář nebo obě, ústa jsou zavřená.
VLÁČEK – Na jeden nádech přerušovaně vydechujeme – vláček se rozjíždí.
HONIČKA – Rychlý nádech i výdech – zadýchali jsme se při honičce.
PAMPELIŠKA – Foukáme do odkvetlé pampelišky.
PYTLÍK – Nafoukneme papírový pytlík /nebo balóněk/.
PÍŠŤALKA – Pískáme si na píšťalku.
VÝBUCH - Nádech nosem - prudký výdech ústy s náznakem exploze (KCH) - "střelíme"
MRUČENÍ - Nádech nosem při zavřených ústech - výdech ústy s přidáním hlasu /mmm/.
PÁRA - Dlouhý nádech a výdech s vyslovováním - ssssss.
NAFUKOVÁNÍ - Nafukování balónku - nádech - pauza - výdech.
LODIČKA – Foukání do papírové lodičky na vodě.
POTÁPĚNÍ – Dlouhý nádech, zadržet dech – kdo dlouho vydrží...



CVIČÍME VDECH A VÝDECH

PEJSKOVI JE HORKO - mírné vdechování a vydechování ústy

PEJSEK SPINKÁ - hluboké vdechování a vydechování ústy

PEJSEK MOC BĚHAL - prudké vdechování a vydechování ústy vstoje ,
vsedě

HOLČÍČKA NEBO CHLAPEČEK ODPOČÍVÁ - vdechy a výdechy nosem při
zavřených ústech

DÝCHÁME DO VODY, aby nám nenatekla do nosu - vdech ústy, ústa
zavřít, výdech nosem

CVIČÍME NÁDECH NOSEM

přivoníme ke kytce, k mýdlu, k polévce, k jahůdce, k voňavce ...

nádech nosem (při zavřených ústech), dlouhý výdech ústy

nádech nosem, prudký výdech ústy

nádech nosem, vydechujeme přerušovaně ústy (udáme počet výdechů)

nádech nosem přerušovaně (udáme počet přestávek), otevřenými ústy

mírně a trvale vydechujeme

vdechy nosem (s udaným počtem přestávek), zadržet dech v průdušnici,

výdech ústy (se stejným počtem přestávek)

Při výdechu ústy jsou rty nastaveny na hlásky A, O, U!

Foukáme: do pírka, větrníku, dalně, trávy z papíru, bublifuku, balónku,
vaty, slánky (do vody), flétny, trubky, píšťalek, vody, zvířátek na vodě, na
knot svíčky, na vlásy panenky, na srst kočičce, do ping-pongového
míčku...



FONAČNÍ CVIČENÍ:

Zásady při procvičování:

- cvičení provádíme krátce a vícekrát denně 2 - 3 min.
- dítě povzbuzujeme pochvalou, oceňujeme správné provedení, nedostatků si nevšímáme, nikdy dítě za nedostatky nekáráme
- posadte si dítě tak, aby na vás dobře vidělo (třeba i před zrcadlo)
- cvičte v klidném prostředí (ne u televize, rádia)
- dbejte na to, aby dítě mělo čistý nosík, dobře se mu dýchalo
- dbejte na přesnost artikulačních cvičení, do cvičení dítě nenuťte, motivujte jej hrou
- nejprve cvičte šeptem, používejte sluchovou kontrolu
- nechte děti pracovat v sešitech na úkolech, které jim byly zadány
- každý čtvrtek přineste sešit do školky
- logopedické konzultace – po předchozí domluvě s ředitelkou

CVIČENÍ:

KOČKA - skousnout zuby, našpulit rty,
nádech nosem,
voláme na kočičku či či či či či
č č č č č

MAŠINKA - skousnout zuby, našpulit rty,
nádech nosem,
napodobujeme mašinku šššššš

ČMELÁK - skousnout zuby, našpulit rty,
nádech nosem,
napodobujeme bzučení žžžžžž

INDIÁN - nádech nosem,
dlouhý indiánský pokřik

PÍŠŤALKA - nádech nosem,
výdech ústy na slabiky FÁ FÁ FÁ, FÉ FÉ FÉ,
FÓ FÓ FÓ, FÍ FÍ FÍ, Fú, FÚ, FÚ

DÁREK - nádech nosem,
divíme se JÉE, JE JE JE JE, JÉJDA JEJDA

AUTO - nádech nosem,
opakuj několikrát za sebou:
A - E - I - O - U auto už je tu.

(můžeme zesilovat nebo zeslabovat)

OVEČKA - nádech nosem,
výdech ústy na slabiku BÉE,
přerušovaně BÉ BÉ BÉ

Sova - nádech nosem,
výdech ústy na slabiku HŮŮŮŮ,
přerušovaně HŮ HŮ HŮ HŮ

