

Logopedická prevence

Sledujte rozvoj schopností a dovedností vašeho dítěte s námi!

Pro správný rozvoj řeči a komunikace je potřeba rozvíjet:

- sluch, sluchovou paměť a rozlišování, po 5. roce fonemický sluch (sluchové rozlišování hlásek ve slově)
- zrak, oční pohyby, zrakové rozlišování a paměť
- hmat, paměť a rozlišování
- hrubou motoriku a koordinaci pohybu celého těla, nápodobu pohybu
- jemnou motoriku a obratnost rukou
- kresbu, fantazii, grafomotoriku
- správné dýchání, plynulost projevu, rytmus
- spontánní komunikaci, gramatickou správnost, jazykový cit
- porozumění a praktické využití řeči
- slovní zásoba
- hlasová hygiena
- pozornost a soustředění, dokončení úkolu

Hodně s dětmi povídejte a čtěte, vyprávějte si o tom. Využívejte básničky, písničky, společné hry, knížky, divadlo, přiměřené aktivity, správný mluvní vzor od vás.

Omezte televizi a počítač, hluk, spěch, vytvořte si pravidelný denní režim!

Kdy vyhledat pomoc logopeda?

Orientační přehled vývoje řeči podle věku dítěte:

2 roky

- nevydává zvuky
- nerozumí mluvené řeči
- nereaguje na zvukové podněty
- nenapodobuje řeč
- nekomunikuje ani neverbálně

3 roky

- nemluví, řeč je velmi nesrozumitelná
- neodpoví na otázku
- nepojmenuje lidi, věci
- zadržává víc jak 6 měsíců
- nesprávná výslovnost:
- P,B,M,V,F,T,D,N

4 roky

- neorientuje se v čase a prostoru
- nepoužívá tužku
- kreslí jen čmáranice
- neudrží oční kontakt
- má neobratná mluvidla bez mimiky
- má malou slovní zásobu
- komolí slova
- netvoří věty nebo jsou gramaticky
- nesprávné
- nesprávná výslovnost:
- H,CH,K,G,Ť,Ď,Ň

5 let

- má nekoordinovaný pohyb
- nezapamatuje si básničku
- nerozliší ve slovech slabiky
- neřeší konflikty slovně
- nesděluje své pocity
- nerozlišuje sluchem rozdíl slov (koš-
- kos, liška-myška)
- nesprávná výslovnost: Č,Š, Ž, S, C, Z

6 let

- nesoustředí se a neudrží pozornost
- nedokončí sám přiměřený úkol
- má špatný úchop tužky
- má nezralou kresbu
- nenapodobí grafické tvary
- nevypráví děj
- nerozliší sluchem první hlásku slova
- nesprávná výslovnost: L, R,Ř

Zároveň sledujte vývoj zubů, znělost hlasu, správné dýchání, smyslové vnímání, držení těla, porozumění a využití řeči.

Většina obtíží je vývojová, při včasné a správné intervenci se dají zvládnout před nástupem do školy.

Jak pracovat s dítětem doma

1. Důležitá je **kladná motivace pro cvičení**, odměna (např. pohádka, bonbon, výlet atd.).
2. Navod'te **klid a uvolnění** jak u dítěte, tak u rodiče.
3. **Cvičte třeba 10x denně po 5 minutách.**
4. Pokud dítě vyslovuje hlásku na špatném artikulačním místě, neopravujeme to, ale **tvoríme hlásku novou na správném místě.**
5. Mluvte o nácviku jako o společné věci, o tom, že dítě „**učí jazýček**“ apod.
6. **Hodně chvalte** a upozorňujte na to, co jste již zvládli... Nezlobte se na dítě za to, co neumí, učte ho to.
7. K vadě přistupujte **přirozeně**, aby nevznikl u dítěte pocit, že je odmítáno a naopak ani pocit, že je něčím výjimečné.
8. Poskytuje **dobry mluvní vzor** (otec, matka...) – **správná výslovnost, přiměřené tempo řeči.**
9. Postupujte od **nejjednoduššího k nejsložitějšímu** a vždy začínejte tím, co dítě už umí.
10. **Poslouchejte pokyny logopeda**, vyvození správné hlásky začínáme zvuky, slabikami, a pak postupně nejjednoduššími slovy k těm složitějším, nakonec celé věty. Nácvik probíhá v několika fázích: opakování po rodiči (nebo logopedovi), samostatné vyslovování podle obrázků, básničky, samostatné vyprávění a spontánní mluva.
11. Domluvte se s dítětem na hru, že to, co umí, bude říkat správně a rodina ho bude hlídat. Kdo objeví chybu, upozorní na ni a dítě se samo opraví (opraví jazýček). **Pořád chvalte, když mluví dobře!**
12. Hlídejte, aby dítě **mluvilo raději pomalu**, protože v rychlé řeči dělá více chyb. K tomu pomáhají písničky, básničky. Když dítěti nahlas čtete pohádky, vyprávějte si o tom s ním.

Nabídka činností pro rozvoj řeči

Dechová cvičení

- **cvičení nádechu**
 - o správný prodloužený nádech nosem bez zvedání ramen
 - o přivoníme si ke květině, voňavce
 - o střídání nádechu ústy a nosem
- **cvičení výdechu**
 - o prodlužujeme výdechovou fázi, zpomalujeme výdech
 - o využití bublifuku, fajky s míčkem, větrníku, zobcové flétny
 - o foukání pomocí brčka do sklenice s vodou
- **usměrňování výdechového proudu vzduchu**
 - o foukání do kuliček z papíru, do lehkých hraček
 - o foukání do peříčka, vaty, pampelišky
 - o foukání do dlaní, jejich zahřívání – dítě cítí svůj dech

- pohánění dechem lodičky nebo lehkých hraček na vodě, foukání do pěny ve vaně
- rozfoukávání barevné skvrny po papíru pomocí brčka i bez něj
- **cvičení dechové výdrže**
 - přenášení malých obrázků brčkem z místa na místo
 - zadržetí dechu na krátkou chvíli – hra na potápěče

Dechová cvičení přispívají nejen ke správnému dýchání, ale také k upevnování správného držení těla a rozvoji hrudního koše. Je nutné zdůraznit provádění dechových cvičení po odstranění nosní mandle.

Dechová cvičení se nesmí provádět s dětmi, u kterých se vyskytuje riziko epileptických záchvatů (hrozí nebezpečí jejich vyvolání).

Artikulační cvičení

Děti se mohou dívat při cvičení do zrcátka, zapojí se i zrakové vnímání

Cvičení na zlepšování pohyblivost jazyka:

- Houpačka
 - ústa široce otevřená, špička vypláznutého jazyka se ohýbá nahoru a dolů (jazyk se houpe).
- Mlsná kočka
 - vypláznutý jazyk krouživým pohybem olizuje dolní a horní ret
- Stěrače auta
 - jazyk olizuje horní ret zprava doleva a zpět
- Sekačka
 - otevřená ústa, vypláznutý jazyk se pohybuje v koutcích vpravo, vlevo (hodiny)
- Čertík
 - při otevřených ústech drnká jazyk o rty (blblblblbl)
- Korýtko
 - ohnutí vypláznutého jazyka do tvaru korýtko, trubičky
- Mlsoun
 - vyplazování jazyka v rychlejším tempu
- Lízátko
 - položení lízátko vpravo, vlevo, nahoru a dolů od rtů a dotýkání se ho jazykem
- Malíř
 - kreslení kroužku vyplazeným jazykem
- Kladívko
 - ťukání hrotem jazyka do horního rtu
- Kartáček
 - otevřená ústa, jazyk jezdí po horních a dolních zubech
- Kladívko
 - ťukání špičkou jazyka na patrovém výběžku střídavě za horními řezáky ve spojení s hláskou tttt, dddd
- Opička
 - vsunutí jazyka před dolní zuby při zavřených ústech

- Kolotoč
 - kroužení jazykem před dolními a horními zuby při zavřených ústech
- Počtář
 - ťukání jazykem na jednotlivé zuby v horní a dolní čelisti z jejich vnitřní strany
- Cucání bonbónů
 - vytváření bouličky střídavě jazykem v pravé a levé tváři (bolavý zub)
- Koníček
 - mlaskání jazykem na tvrdém patře
- Natěrač
 - olizování tvrdého patra jazykem zezadu dopředu a naopak
- Placka
 - přisátí jazyka na horní patro

Cvičení na polohování a pohyblivost rtů:

- Rybky
 - špulení rtů, jejich boční vtažení – rty do osmičky
- Pusinky
 - sešpulení rtů a posláni pusinky mamince
- Hrachový lusk
 - přibližování a odtahování rtů se zvukovým efektem – pukání hrachového lusku, praskání kaštanu
- Kapřík
 - tvarování rtů do kroužku, rty se lehce dotýkají a oddalují
- Úsměvy
 - roztahování koutků zavřených i pootevřených úst
- Kašpárek
 - střídání úsměvů a mračení (ústa do oblouku)
- Ospalec
 - otevírání úst – zívání
- Koník
 - rozkmitání rtů výdechovým proudem – frkání koníka
- Klaun
 - střídání širokého úsměvu (vidět zuby) a špulení rtů do kroužku
- Opice
 - brnkání prstem o spodní ret

Cvičení na polohování a pohyblivost tváří:

- Balónek
 - nafukování tváří, plácání rukama – propícháme balónek
- Bublíny
 - přelévání vzduchu z jedné tváře do druhé
 - střídavé tlačení jazyka vlevo, vpravo do tváře

Cvičení na polohování a pohyblivost čelistí:

- Dvířka u pece
 - otevírání čelistí

- Ryba
 - vysouvání dolní čelisti
- Křeček
 - předsazení horní čelisti
- Velbloud
 - kroužení čelistí

Cvičení pohyblivosti měkkého patra:

- kloktání
- šeptaná řeč
- pití slámkou
- bublifuk

Cvičení fonační:

- napodobování zvuků a hlasů zvířátek – bū.., mé..
- vyslovování jednoduchých říkadel spojená s pohybem – paci, paci, pacičky...
- napodobování hlasů pohádkových postav (koza, kůzlátka, vlk...)