**Zabawy ortofoniczne do pracy w domu**

Ćwiczenia logopedyczne nie muszą być nudne, żmudne i nieciekawe. Aby przejść do samych ćwiczeń i zabaw chciałabym przybliżyć trochę zagadnienie ortofonii.

**Co to takiego ortofonia?**

Według różnych definicji podawanych przez językoznawców - ortofonia – to dział językoznawstwa i logopedii artystycznej, zajmujący się ustalaniem zasad poprawnej wymowy i poprawnego brzmienia wyrazów oraz połączeń wyrazowych danego języka. Można więc wnioskować, że ćwiczenia ortofoniczne mają za zadanie doskonalenie i usprawnianie wymowy tak, aby była ona zgodna z ustalonymi zasadami. W przypadku dzieci przedszkolnych ćwiczenia te mają na celu prawidłowe kształtowanie wymowy oraz zapobieganie powstawaniu zaburzeń artykulacyjnych.

Współczesna literatura wyróżnia dwa rodzaje ćwiczeń ortofonicznych.

Pierwszy z nich to ćwiczenia wstępne, nazywane również przygotowującymi, do których zaliczamy:

* ćwiczenia oddechowe,
* fonacyjne,
* logorytmiczne,
* słuchowe
* ćwiczenia usprawniające narządy mowy.

Drugi rodzaj ćwiczeń ortofonicznych to ćwiczenia bezpośrednio związane z procesem mówienia do których zaliczamy:

* ćwiczenia artykulacyjne,
* ćwiczenia dykcji (ćwiczenia narządów mowy, ćwiczenia wyrazistej artykulacji samogłosek, spółgłosek, tempo mowy, frazę i ćwiczenia mówienia frazami).

1. **Ćwiczenia wstępne:**

Ćwiczenia oddechowe – są one bardzo istotne, gdyż czynność mowy jest przecież nieodłącznie związana z oddychaniem. Często dzieci mają trudności z oddychaniem podczas mówienia, co szczególnie wyraźnie słychać podczas recytacji wierszyków. Dlatego też podczas zabaw, w których prowadzone są ćwiczenia oddechowe, dziecko powinno nauczyć się prawidłowego sposobu operowania oddechem. Innym celem ćwiczeń oddechowych jest ich działanie uspokajające, co jest szczególnie przydatne w pracy z dziećmi.

Wśród ćwiczeń oddechowych wyróżniamy ćwiczenia: -

mobilizujące aparat oddechowy;

* + kształtujące oddychanie brzuszno-przeponowe,
  + łączące oddychanie z ruchem,
  + ćwiczenia oddechowo-fonacyjne.

Ćwiczenia fonacyjne - mają na celu ustawianie prawidłowej emisji głosu, dziecko ma nauczyć się właściwego posługiwania się głosem. Prowadzenie ćwiczeń fonacyjnych pozwala na zlikwidowanie u dzieci głosów zbyt piskliwych, krzykliwych.

Wśród tych ćwiczeń wyróżniamy je – ze względu na ich cele.

* ćwiczenia wstępne – stosowane w celu zniesienia napięcia mięśni krtani i gardła,
* ćwiczenia w wymawianiu głosek,
* ćwiczenia w wymawianiu samogłosek i spółgłosek.

Ćwiczenia fonacyjne powinny być prowadzone po podstawowych ćwiczeniach oddechowych, a potem łącznie z tymi ćwiczeniami oddechowymi, które wydłużają fazę wydechową.

Ćwiczenia logorytmiczne – są to ćwiczenia muzyczno- ruchowe i słowno-ruchowe, a ich składnikiem wiodącym jest rytm. Ćwiczenia logorytmiczne kształcą ruchy całego ciała, co ma pośredni wpływ na ruchy narządów mowy oraz kształcenie poczucia rytmu umożliwiającego prawidłowe stosowanie prozodii mowy, tj. melodii, akcentu, rytmu.

Ćwiczenia logorytmiczne są szczególnie polecane dla dzieci, które mają trudności w sprawnym poruszaniu się czy w orientacji przestrzennej, dla dzieci nieśmiałych, jak również nadruchliwych

W zabawach logorytmicznych wykorzystuje się umiejętności zdobyte przez dziecko podczas wstępnych ćwiczeń oddechowych i fonacyjnych.

Ćwiczenia słuchowe – odgrywają bardzo ważną rolę, gdyż w procesie komunikowania się odbiór mowy jest równie istotny jak przekazywanie informacji.

Celem ćwiczeń słuchowych, nazywanych też ćwiczeniami słuchu fonematycznego, jest zdolność różnicowania głosek oraz umiejętność ich wyodrębniania i scalania w wyrazy.

Ogromną rolę odgrywa tu również słuch fizyczny oraz muzyczny. Słuch fizyczny pozwala nam słyszeć, odbierać określone fale dźwiękowe, zaś słuch muzyczny daje nam wrażliwość na wysokości dźwięków i ich różnice.

Ćwiczenia słuchowe rozpoczynamy od zabaw, których podstawą jest słuch fizyczny i muzyczny, dopiero później przechodzimy do ćwiczeń słuchu fonetycznego, odpowiednio stopniując trudności. Rozpoczynamy od ćwiczeń w różnicowaniu głosek opozycyjnych, przechodząc następnie do ćwiczeń analizy i syntezy słuchowej.

Ćwiczenia usprawniające narządy mowy – są to ćwiczenia, których celem jest podniesienie sprawności ruchomych narządów mowy. Warunkiem prawidłowego wymawiania wszystkich głosek jest między innymi sprawne działanie narządów mowy. Wykonujemy określone ruchy, określony układ artykulatorów. Każda głoska potrzebuje innych ruchów. Dlatego tak ważne są ćwiczenia, które usprawniają narządy mowy, pozwalają wyrobić świadomość i celowość określonych ruchów.

Ćwiczenia usprawniające motorykę narządów mowy są kontynuacją ćwiczeń usprawniających ruchy całego ciała.

Do ćwiczeń narządów mowy zaliczamy:

ćwiczenia żuchwy, języka, warg oraz podniebienia miękkiego.

Początkowo przeprowadza się ćwiczenia pojedynczych narządów, a dopiero, gdy dzieci opanują te umiejętności, można przejść do ćwiczeń koordynujących ruchy dwóch narządów.

Ćwiczenia z tej grupy łączyć należy z ćwiczeniami oddechowymi, fonacyjnymi oraz logorytmicznymi.

1. **Ćwiczenia artykulacyjne**:

Ich zadaniem jest doskonalenie poprawnej artykulacji głosek. Do wykonywania ćwiczeń artykulacyjnych można przystąpić dopiero wtedy, gdy dziecko jest do nich odpowiednio przygotowane. Właśnie temu służyły opisane wyżej ćwiczenia wstępne. Ćwiczenia artykulacyjne zawsze powinny być prowadzone w taki sposób, by były częścią zabawy, a nie trudnym do wykonania zadaniem. Należy je również przeprowadzać równolegle z ćwiczeniami wstępnymi - uwzględniając ich stopień nasilenia od umiejętności dzieci oraz ich faktycznego stanu wymowy.

Ćwiczenia artykulacyjne związane są już bardzo ściśle z procesem mówienia i dzielą się na ćwiczenia w artykulacji głosek, ćwiczenia utrwalające i automatyzujące artykulację.

Ćwiczenia ortofoniczne prowadzone są w formie zabawy. Zabawa stanowi doskonały sposób uczenia się, rozwijania i doskonalenia mowy.

W zabawach można zastosować wszelkiego rodzaju ćwiczenia ortofoniczne. Inspiracją może być otaczająca nas przyroda, przedmioty codziennego użytku, czynności, które dziecko potrafi wykonywać lub naśladować. Zawsze jednak pamiętamy, aby zaczynać od ćwiczeń łatwiejszych i stopniowo zwiększać wymagania wraz ze wzrostem dziecięcych możliwości.

**Przykłady ćwiczeń ortofonicznych – które z dzieckiem można wykonać w domu.**

**Zabawa ruchowa z elementami ćwiczeń ortofonicznych - „Pszczoły”**

Dziecko – pszczoła stoi w umówionym miejscu pod ścianą – tu jest ul. (Można poprosić dziecko o namalowanie ula i przyczepić do ściany). Włączamy muzykę, lub klaszczemy i pszczoła wylatuje z ula i biega w różne strony zbierając pyłek z kwiatów. Na przerwę w muzyce lub przestanie klaskania z głośnym brzęczeniem (zzzzzzz) wraca do ula. W ulu brzęczy bardzo cichutko (mmmm).

**Zabawa ruchowa z elementem rytmicznym - „W lesie”**

Potrzebne nam będą obrazki ze zwierzątkami leśnymi.(np. zając, wiewiórka, ptaszek, miś) do każdego zwierzątka przypisany jest pewien rytm. Wyklaskujemy ten rytm – np. zając dwa krótkie klaśnięcia jedno długie, wiewiórka cztery krótkie, ptaszek – dwa długie, dwa krótkie itp. Dziecko wysłuchuje dany rytm, odgaduje jakie to zwierzątko i je naśladuje (ruchami, głosem), zmiana rytmu - naśladuje kolejne zwierzęta.

**Przykład porannych ćwiczeń gimnastycznych z elementami ćwiczeń ortofonicznyc**h

* + - 1. Zabawa bieżna i orientacyjno- porządkowa „Jastrząb i kurczęta”. Dziecko ruchem i dźwiękiem naśladuje kurczęta chodzące po podwórku, na sygnał ucieka przed „jastrzębiem” w wyznaczone miejsce.
      2. Ćwiczenia tułowia: dziecko naśladuje zbieranie szyszek oraz rzuty prawą i lewą ręką na zmianę.
      3. Podskoki: Wróble – podskoki obunóż w miejscu i po całym pokoju, z jednoczesnym dźwiękowym naśladowaniem ćwierkania.
      4. Ćwiczenie uspokajające: marsz na palcach.

**Zabawy oddechowe** i **zabawy z samogłoskami**

**Przedłużanie fazy wydechowej. Środki wspomagające: słomki, styropian, paski papieru.**

1. Zabawy oddechowe - zabawy ze słomką

* przenoszenie słomką kulek styropianu lub papierków (wciągamy powietrze przez słomkę, przytrzymując styropian lub papierek i przenosimy w inne miejsce,
* dmuchanie przez słomkę na kulki styropianu umieszczone w kubeczku.

**Ćwiczenia głosowe, usprawnianie narządów mowy – potrzebne lusterko**

Uświadomienie dziecku położenia narządów mowy przy realizacji samogłosek.

Wyrazista wymowa samogłosek.

* Dziecko wypowiada po kolei samogłoski: a, o, u, e, y, i, obserwuje w lusterku układ warg i języka.
* Swobodna wypowiedź dziecka na temat tego, co zaobserwowało (które samogłoski powodują zaokrąglenie warg, jak zachowuje się język).
* Śpiewanie ciągu samogłosek :

- raz wysoko,

- raz nisko,

* Układanie przez dziecko dowolnej melodii do podanego ciągu samogłosek, śpiewanie go.

#### Bibliografia

1. Antos D., Demel G., Styczek I., Jak usuwać seplenienie i inne wady wymowy, Państwowe Zakłady Wydawnictw Szkolnych, Warszawa 1967
2. Chmielewska E., Zabawy logopedyczne i nie tylko. Poradnik dla nauczycieli i rodziców, Kielecka Oficyna Wydawnicza MAC, Kielce 1995
3. Demel G., Minimum logopedyczne nauczyciela przedszkola, Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, Warszawa 1983
4. Przybylska K., Wychowanie muzyczne w przedszkolu, Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, Warszawa 1977
5. Sachajska E., Uczymy poprawnej wymowy, Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, Warszawa 1981
6. Skorek E.M., Z logopedią na Ty. Podręczny słownik logopedyczny, Oficyna Wydawnicza IMPULS, Kraków 2002
7. Styczek I., Logopedia, Państwowe Wydawnictwo Naukowe, Warszawa 1979
8. Toczyska B., Elementarne ćwiczenia dykcji, Gdańskie Wydawnictwo Oświatowe, Gdańsk, 2003

*Opracowanie; Anna Sankowska*