

Ćwiczenia ortofoniczne

Nauczyciele klas początkowych oczekują, że z przedszkoli i klas zerowych przyjdą do szkoły dzieci z dobrze rozwiniętymi narządami mowy i słuchu oraz prawidłową artykulacją, co warunkuje sukcesy w nauce czytania i pisania. Tymczasem do klas pierwszych coraz częściej trafiają dzieci z różnymi dysfunkcjami w rozwoju psychoruchowym.

■ Urszula Kalicińska

Jednym z trudniejszych problemów na progu edukacji są zaburzenia mowy i słuchu fonematycznego. Wywierają one ujemny wpływ na rozwój osobowości dziecka i jego karierę szkolną. Mogą być przyczyną nieśmiałości, poczucia niższej wartości, zamykania się w sobie, czyli wtórnych zaburzeń emocjonalnych, oraz niepowodzeń szkolnych.

Potrzebna pomoc

Dzieciom, które mają poważne zaburzenia i wady wymowy, potrzebna jest specjalistyczna pomoc ze strony logopedy, ale również konieczna jest współpraca między logopedą, rodzicami i nauczycielami przedszkola czy szkoły. Praca terapeutyczna bowiem zaczyna się od przygotowania aparatu mowy przez usprawnienie układu oddechowego, fonacyjnego i artykulacyjnego. Do tego celu służą ćwiczenia ortofoniczne, które mogą być wykonywane w gabinecie logopedycznym oraz w domu, przedszkolu i szkole, po odpowiednim przygotowaniu rodziców i nauczycieli.

Ćwiczenia ortofoniczne wzięły swą nazwę od pojęcia *ortofonia* (*orthos* – prosty, prawidłowy; *phone* – głos), które według Leona

Kaczmarka [1977] oznacza poprawną wymowę, według Genowefy Demel [1983] jest to dział logopedii zajmujący się ustalaniem zasad prawidłowej wymowy, nauczaniem poprawnej wymowy, teorią i praktyką żywego słowa, zdaniem Ewy Małgorzaty Skorek [2002] ortofonia jest działem ortoepii zajmującym się ustalaniem zasad poprawnej wymowy i poprawnego brzmienia wyrazów i połączeń wyrazowych danego języka.

Elżbieta Sachajska [1981] dzieli ćwiczenia ortofoniczne na wstępne, do których zalicza:

- ćwiczenia oddechowe,
- ćwiczenia fonacyjne,
- ćwiczenia logorytmiczne,
- ćwiczenia kształtujące słuch fonematyczny,
- ćwiczenia usprawniające narządy mowne oraz bezpośrednio związane z procesem mówienia:
- ćwiczenia artykulacyjne.

Uważa, że w zależności od rodzaju trudności dziecka, podczas ćwiczeń ortofonicznych należy położyć szczególny nacisk na te elementy, które sprawiają dziecku trudność, ale jednocześnie zaleca stosowanie wszystkich podstawowych ćwiczeń obejmujących

oddychanie, fonację, kształcenie słuchu fonemacyjnego, gimnastykę narządów mowy i artykulację, ponieważ wszystkie łączą się ze sobą i choć należy wykonywać je w określonej kolejności, to również mogą być stosowane równolegle.

Ćwiczenia ortofoniczne, zdaniem tej autorki, oddziałują na psychikę dziecka, powodując odprężenie umysłowe, budząc wiarę we własne siły, dając lepsze samopoczucie z powodu łatwiejszego nawiązywania kontaktów werbalnych z otoczeniem i satysfakcję z postępów w nauce prawidłowej artykulacji.

Ćwiczenia te można prowadzić zarówno z dziećmi o prawidłowym rozwoju mowy, utrwalając ją, o opóźnionym rozwoju, zapobiegając jadom wymowy oraz z dziećmi mającymi różne zaburzenia i wady wymowy, wspomagając proces ich usuwania poprzez usprawnianie aparatu oddechowego (płuca, oskrzela, tchawica), fonacyjnego (krtań, gardło, jama nosowa) i artykulacyjnego (wargi, język, podniebienie, policzki, uzębienie).

O czym należy pamiętać

Prowadząc ćwiczenia ortofoniczne, należy pamiętać o następujących zasadach [Sachajska 1981, Skorek 2001, 2005]:

- w doborze ćwiczeń kierować się rodzajem zaburzenia mowy,
- demonstrować ćwiczenie w odpowiednim tempie, wyjaśniając jego istotę i nazywając narządy biorące w nim udział,
- jeżeli w ćwiczeniu wykorzystane będą rekwizyty, to zapoznajemy z nimi dziecko przed przystąpieniem do zabawy,
- jeśli ćwiczenie zawiera kilka elementów, należy je wykonać oddzielnie,
- ćwiczyć razem z dzieckiem,
- ćwiczenia narządów mowy wykonywać przed lustrem,
- zaczynać od ćwiczeń najłatwiejszych, przechodząc stopniowo do coraz trudniejszych,
- prowadzić ćwiczenia z dziećmi w formie zabawy,

- ćwiczenia można prowadzić indywidualnie lub zbiorowo,
- ćwiczenia powinny trwać krótko (około 5 min), lecz należy je często powtarzać,
- ćwiczenia usprawniające motorykę narządów artykulacyjnych należy poprzedzić ćwiczeniami rozluźniającymi,
- ćwiczeń artykulacyjnych, w których powtarza się dana głoska, nie należy przeprowadzać, jeśli dziecko wymawia tę głoskę w sposób wadliwy, ponieważ wada się utrwała,
- ćwiczenia oddechowe rozpoczynać od tych, które mobilizują wyłącznie aparat oddechowy (dmuchanie, chuchanie), a kończyć na łączeniu oddychania z mówieniem,
- przeprowadzając ćwiczenia słuchowe, zaczynać od różnicowania dźwięków z otoczenia, przechodząc do różnicowania izolowanych głosek, kończąc ćwiczeniami analizy i syntezy słuchowej,
- ćwiczenia logorytmiczne prowadzić z dziećmi mającymi trudności w sprawnym poruszaniu się i w orientacji przestrzennej,
- łączyć ćwiczenia artykulacyjne z ćwiczeniami oddechowymi, fonacyjnymi, logorytmicznymi, słuchowymi oraz usprawniającymi motorykę narządów artykulacyjnych.

Różne rodzaje ćwiczeń

Przedstawiam krótką charakterystykę poszczególnych rodzajów ćwiczeń ortofonicznych oraz prezentuję wybrane ćwiczenia zaczerpnięte z prac:

E. Sachajskiej [1981], G. Demelowej [1979, 1983], D. Antos, G. Demel, I. Styczek [1971], E. Kilińskiej-Ewertowskiej [1987], K. Datkun-Czeraniak [1994], E. Chmielewskiej [1995], D. Emiluty-Rozya [1994], K. Kozłowskiej [2005], J. Nowak [1993], E. Spałek, C. Piechowicz-Kuśakowskiej [1996], E. Słodownik-Rycaj [1998], E. M. Skorek [2001, 2005], E. Minczakiewicz [1987], I. Styczek [1982], K. Marasz [1994], które mogą być wykorzystane w terapii logopedycznej dzieci z wadą wymowy.

Ćwiczenia oddechowe

Mają na celu nauczenie różnicowania fazy wdechowej i wydechowej, zwiększenie pojemności płuc, pogłębienie oddechu, wydłużenie fazy wydechu, stosowanie przerw we właściwych miejscach na nabranie powietrza w czasie mówienia, a także rozluź-

nienie i uspokojenie dziecka. Wśród ćwiczeń oddechowych można wyróżnić ćwiczenia mobilizujące aparat oddechowy, kształtujące oddychanie brzuszno-przeponowe, łączące oddychanie z ruchem oraz ćwiczenia oddechowo-fonacyjne.

Przykłady ćwiczeń oddechowych:

- głęboki wdech i wydech,
- wąchanie kwiatka,
- dmuchanie na wiatraczek,
- nadmuchiwanie balonika,
- wypuszczanie powietrza z balonika,
- zdmuchiwanie płomienia świecy z coraz większej odległości,
- dmuchanie przez rurkę zanurzoną w wodzie, „bulgotanie”,
- puszczanie baniek mydlanych,
- dmuchanie na lekkie przedmioty: watki, kawałki styropianu, piłeczki,
- dmuchanie na gorącą zupę,
- chuchanie na zmarznięte dłonie,
- dmuchanie w gwizdek,
- dmuchanie przez rurkę na płatki bibuły,
- dmuchanie na waciki i piórka zawieszane na nitkach,
- dmuchanie przez rurkę na lekkie przedmioty pływające po wodzie,
- zdmuchiwanie chrupek z gładkiej i szorstkiej powierzchni,
- podrzucanie piórek lub watek i dmuchanie na nie,
- naśladowanie szumu wiatru,
- dmuchanie na zaszyroną szybę,
- gra na instrumentach dmuchanych,
- wymawianie na wydechu samogłosek,
- liczenie na jednym wydechu.

Ćwiczenia fonacyjne

Stosuje się je w celu zmniejszenia napięcia mięśni krtani i gardła, umiejętnego włączania rezonatorów głosowych podczas mówienia oraz ustalenia wysokości i natężenia głosu właściwego dla danej osoby. Ustalenie tych parametrów nazywamy nastawieniem głosu. Rozróżniamy trzy rodzaje nastawienia głosu: twarde, przydechowe i miękkie. W polskiej wymowie za właściwe uznawane jest nastawienie miękkie, zwane też miękkim atakiem.

Ćwiczenia te przeprowadzamy w celu wykształcenia umiejętności właściwego posługiwania się głosem, zlikwidowania głosów zbyt piskliwych lub krzykliwych. Ćwiczenia fonacyjne należy prowadzić po oddechowych, a następnie razem z ćwiczeniami oddechowymi wydłużającymi fazę wydechową. Powinny one trwać krótko, by nie przeciążać zbyt mocno mięśni krtani. Między kolejnymi ćwiczeniami należy robić krótkie przerwy.

Przykłady ćwiczeń fonacyjnych:

- mruczenie przez nos, wydłużając wymowę głosek *m* lub *n*, tak by drgały wargi i skrzydełka nosa,
- do przedłużonego *mmmmmm* dodanie na końcu samogłoski: *mma, mmo, mmu, mmi, mme*,
- zaczynanie ćwiczenia od samogłoski: *amm, omm, emm, umm, imm*,
- włączanie samogłoski w ciąg wypowiedzianej z przedłużeniem spółgłoski nosowej: *mmamm, mmmomm, mmmuum, mmmemm, mmmimm*,
- naśladowanie syczenia ułatwiającego się powietrza *pssssss* jak najdłużej, na jednym wydechu,
- utrzymywanie jednostajnego, równego, monotonnego dźwięku opartego na jednej samogłosce: *aaaaaaaa, ooooooooo, eeeeeeee, uuuuuuuu, iiiiiiiiii*,
- naśladowanie szeptem głosów z otoczenia, instrumentów muzycznych,
- naśladowanie głosów zwierząt, przyrody, pojazdów,
- zabawy w echo, które odpowiada coraz ciszej i ciszej, powoli i rytmicznie.

Ćwiczenia logorytmiczne

Polecane są szczególnie dzieciom mającym trudności w orientacji przestrzennej, sprawnym poruszaniu się, dzieciom nieśmiałym oraz nadrużliwym, ponieważ logorytmika uczy płynności ruchów, pozwala wyładować nagromadzoną energię, a także zwolnić napięcie mięśniowe. W zakres ćwiczeń logorytmicznych wchodzić ćwiczenia muzyczno-ruchowe, słowno-ruchowe, słowno-rytmiczne,

śluchowe i ćwiczenia narządów artykulacyjnych. Mają one na celu uwrażliwienie dzieci, zwrócenie ich uwagi na zjawiska wspólne dla muzyki i wypowiedzi, a więc na rytm, tempo, wysokość dźwięku, głośność, akcentację, frazowanie i artykulację. W zabawach logorytmicznych należy wykorzystać umiejętności zdobyte przez dziecko podczas wstępnych ćwiczeń oddechowych i fonacyjnych.

Przykłady ćwiczeń logorytmicznych:

1. Chody:

- chód *piano* – stopy stawiać na podłodze miękko od palców, bez akcentów,
- chód *forte* – stopy stawiać energicznie, całą płaszczyzną na podłodze,
- chód tyłem – ciężar ciała przenieść do tyłu, głowa odwrócona w bok, by wzrokiem kontrolować kierunek ruchu,
- chód bokiem – stopa i kolano nogi wykonującej krok muszą być zwrócone w kierunku ruchu,
- chód ze wspięciem na palce – można wykonywać bez uginania kolan lub z ugięciem,
- chód na piętach,
- chód w przysiadzie – tylko na palcach, wykonując ruchy sprężynujące w kolanach i stawie biodrowym,
- chód z pogłębionym sprężynowaniem – stopy całą płaszczyzną należy stawiać na podłodze i wykonywać głębokie ruchy sprężynujące kolan i w stawie biodrowym,
- chód z innymi formami ruchu, np. przysiadami, obrotami, skokami.

2. Biegi:

- bieg rytmiczny – sylwetka wyprostowana, głowa w pozycji pionowej,
- bieg z unoszeniem kolan – kolana podnosić wysoko,
- bieg z wymachem nóg do tyłu – rytmiczny, przemienny wymach nóg,
- bieg z wymijaniem lub obieganiem przedmiotów,
- bieg w połączeniu z różnymi formami ruchu: rzutem, skokiem, wspinaniem, dźwigniem.

3. Skoki i podskoki:

- podskoki rytmiczne- w miejscu z posuwaniem się do przodu,
- podskoki wykroczone,
- podskoki rozkroczno – zwarte,
- podskoki jednonóż w przód, tył, dookoła swojej osi,
- podskoki zmienne z unoszeniem na zmianę raz jednego kolana, raz drugiego,
- podskoki dostawcze – cwały w bok,
- podskoki i przeskoki z użyciem przyborów,
- przeskoki z rozbiegu z odbiciem jednonóż, obunóż,
- zeskoki w głąb,
- wyskoki dosiężne – z odbiciem obunóż i jednonóż,
- skoki sprężynujące obunóż,
- skok skrzyżny,
- skoki z podparciem.

4. Zabawy i ćwiczenia z elementem równowagi:

- stanie równoważne – noga przed nogą we wspięciu na palce,
- chód krokiem mierniczego-stopą przed stopą,
- chód z woreczkiem na stopie, na głowie,
- chód w przód, w tył z zamkniętymi oczyma,
- wchodzenie i schodzenie po pochyłej płaszczyźnie,
- chód z woreczkiem na głowie w połączeniu z kucaniem, obrotami, klękaniem na jedno kolano,
- chód z przekładaniem woreczka raz pod lewym, raz pod prawym kolaniem,
- przejście po ławeczce z wykonaniem na środku obrotu,
- przejście po ławeczce z przekroczeniem przeszkód,
- przejście po ławeczce bokiem,
- przejście po ławeczce skokami – „kulawy lisek”, „zając”,
- przejście po listwie odwróconej ławeczki.

5. Ćwiczenia z elementami czworakowania i pełzania:

- zabawy na czworakach z naśladowaniem ruchów zwierząt,
- chód na czworakach w formie zadaniowej,
- chód na czworakach tyłem,
- chód w podporze na trzech kończynach,
- pełzanie i czołganie się,
- toczenie się z boku na bok.

6. Ćwiczenia rąk i nóg:

- wymachy odprężające rąk od barku w bok – pozycja stojąca,
- wymachy odprężające rąk w przód,
- odprężanie rąk w siadzie klęcznym,
- przenoszenie ciężaru ciała w bok – stanie rozkroczone, ręce z tyłu bądź na biodrach,
- przenoszenie ciężaru ciała w przód i w tył – stanie z wysuniętą nogą do przodu,
- napinanie i rozluźnianie mięśni obu nóg jednocześnie – stanie w rozkroku.

7. Ćwiczenia usprawniające i koordynacyjne:

- dzieci maszerują i jednocześnie klaszczą nad głowami – muzyka w rejestrze wysokim,
- dzieci idą na piętach z wyprostowanymi plecami i klaszczą za sobą – muzyka w rejestrze niskim,
- dzieci leżą na plecach i nogami naśladują jazdę rowerem,
- na podłodze leżą obręcze – dzieci przeskakują z jednej obręczy do drugiej, zgodnie z muzyką,
- dzieci podrzucają piłki do góry zgodnie z muzyką, po jej zmianie uderzają piłką o podłogę,
- dzieci w siadzie klęcznym toczą oburącz piłkę przed siebie i do siebie.

8. Ćwiczenia kształcące poczucie metrum:

- dzieci chodzą po sali zgodnie z towarzyszącą muzyką, na sygnał idą dalej, zaznaczając akcent metryczny akcentowanym krokiem,
- ustawienie w parach twarzą do siebie, na „raz” podskok obunóż, na „dwa” klaśnięcie,
- dzieci siedzą w siadzie klęcznym i na sygnał toczą piłkę do dziecka z prawej strony,
- dzieci siedzą w siadzie skrzyżnym, akcent metryczny zaznaczają podrzuceniem piłki,
- dzieci idą „spirałą” – na sygnał „już” od końca klęka kolejno każde dziecko, a zabawa trwa tak długo, aż uklęknie ostatnie,
- dzieci stoją parami twarzą do siebie, zaznaczają akcent metryczny klaśnięciem o dłoń dziecka z przodu.

9. Ćwiczenia kształcące poczucie tempa:

- dzieci chodzą po sali zgodnie z akompaniamentem – tempo ruchu należy dostosować do zmieniającego się co kilka taktów tempa muzyki,
- wybrane dziecko chodzi po sali bez towarzyszenia muzyki, pozostałe dzieci włączają się i dostosowują swoje kroki do tempa narzuconego przez to dziecko,
- dzieci podzielone na trzy grupy odtwarzają krokami bicie zegarów – dużego wolnymi krokami, średniego szybszymi i małego bardzo szybkimi,
- dzieci recytują tekst przy akompaniamentie instrumentu perkusyjnego.

Ćwiczenia słuchu fonematycznego

Polegają na wykształceniu wzorców słuchowych, a ich celem jest wyrobienie zdolności różnicowania głosek opozycyjnych i umiejętności wyodrębniania głoski na początku, w środku i na końcu wyrazu. Ćwicze-

nia te rozpoczynamy od zabaw, których podstawą jest słuch fizyczny, a następnie przechodzimy do ćwiczeń w różnicowaniu głosek opozycyjnych oraz ćwiczeń analizy i syntezy słuchowej.

Przykłady ćwiczeń słuchu fonematycznego:

- rozpoznawanie różnych dźwięków,
- rozpoznawanie źródła, miejsca i kierunku dźwięku,
- naśladowanie wystukiwanego rytmu,
- wydzielenie sylab w wyrazach,
- wyodrębnianie sylaby na początku i na końcu wyrazu,
- tworzenie łańcuchów sylabowych – końcowa sylaba jednego wyrazu staje się początkową następnego, np. *mata, tata, tama, mała, lata*,
- wyodrębnianie samogłoski na początku wyrazu,
- wyodrębnianie spółgłoski początkowej,
- wyodrębnianie spółgłoski końcowej,
- tworzenie łańcuchów spółgłoskowych – końcowa spółgłoska jednego wyrazu staje się początkową następnego, np. *mak, kot, tor, rak*,
- wyodrębnianie głoski wewnątrz wyrazu,
- rozpoznawanie żądanej głoski – ćwiczenia utrwalające,
- wskazywanie wyrazów rozpoczynających się, kończących lub zawierających wewnątrz żądaną głoskę, np. *szal, kasza, mysz*,
- tworzenie ciągu wyrazów powstałych przez zmianę głoski na początku, w środku lub wewnątrz wyrazu, np. *los, lot, kot, kit, mit, mat*.

Ćwiczenia usprawniające motorykę narządów mowy

Mają na celu wykształcenie u dziecka umiejętności układania narządów artykulatoryjnych w sposób charakterystyczny dla wymawiania danej głoski. Polegają na wzmocnieniu mięśni biorących udział w wytwarzaniu dźwięków mowy, wyczuciu położenia poszczególnych narządów oraz wypracowa-

waniu celowych ruchów warg, języka i podniebienia. Należy je prowadzić przed lustrem, aby dziecko miało możliwość obserwowania osoby demonstrującej ćwiczenia i kontrolowania poprawności wykonywanych przez siebie prób. Powinny odbywać się one w formie zabawy, razem z ćwiczeniami oddechowymi, fonacyjnymi i logorytmicznymi.

Przykłady ćwiczeń usprawniających wargi, język, podniebienie miękkie, dolną szczękę oraz policzki:

1. Ćwiczenia warg:

- nakładanie dolnej wargi na górną i górnej na dolną,
- zaciskanie warg,
- przesuwanie kącików ust w prawo i w lewo,
- zaciskanie dolnej wargi górnymi zębami i wypychanie powietrza,
- układanie warg w „ryjek”,
- ściąganie warg do „u” i cmokanie,
- wciąganie policzków i cmokanie,
- przepychanie powietrza wewnątrz jamy ustnej,
- wciąganie i nadymanie policzków,

- przesyłanie całusków,
- ściąganie i rozciąganie warg,
- granie palcami na wargach,
- wyrwanie kartki papieru z zaciśniętych warg,
- utrzymywanie ołówka między nosem a górną wargą,
- gwizdanie,
- parskanie, prychnie,
- zjadanie chrupków z talerzyka, posługując się tylko wargami,
- „czesanie” dolnymi zębami wargi górnej i na odwrót.

2. Ćwiczenia języka:

- wysuwanie i chowanie języka do jamy ustnej,
- kierowanie języka do brody i nosa,
- dotykanie językiem wargi dolnej i górnej,
- wysuwanie „ostrego” języka,
- kierowanie czubka wąskiego języka w kąciaki ust,
- oblizywanie warg posmarowanych miodem,
- oblizywanie zębów ruchem okrężnym,
- przesuwanie czubkiem języka po wewnętrznej stronie górnych zębów,
- przesuwanie czubkiem języka po wewnętrznej stronie dolnych zębów,
- dotykanie językiem poszczególnych zębów – liczenie zębów,
- przeciskanie języka między zbliżonymi do siebie zębami,
- rozplaszczanie języka – „łopata”,
- unoszenie szerokiego języka do górnych zębów,
- unoszenie języka do podniebienia,
- masowanie językiem podniebienia,
- przysysanie języka do podniebienia,
- naciskanie językiem na podniebienie przy otwartych ustach i zwalnianie nacisku,
- otwieranie i zamykanie zębów bez odrywania języka od podniebienia,
- mlaskanie, kłaskanie,
- parskanie z językiem wsuniętym między zęby,
- układanie języka w „rynienkę”, „rureczkę”, „miseczkę”, „koci grzbiet”.

3. Ćwiczenia podniebienia miękkiego:

- płukanie gardła ciepłą wodą – „gulgotanie”,
- ziewanie z opuszczoną nisko dolną szczęką,
- oddychanie ustami przy zaciśniętych skrzydełkach nosa,
- naśladowanie gęganía,
- chrapanie na wdechu i wydechu,
- wdychanie i wydychanie powietrza przy otwartych ustach,
- oddychanie wyłącznie przez usta lub przez nos,
- przenoszenie skrawków papieru za pomocą słomki,
- chrząkanie, kasłanie z wysuniętym na zewnątrz językiem,
- chuchanie przy szeroko otwartych ustach i czubku języka na dole.

4. Ćwiczenia dolnej szczęki:

- opuszczanie i unoszenie dolnej szczęki,
- ruchy dolnej szczęki w prawo i w lewo przy rozchylonych i złączonych wargach,
- ruchy szczęki dolnej w prawo i w lewo z wyraźnym zaznaczeniem pozycji środkowej,
- chwytywanie górnej wargi dolnymi zębami,
- wysuwanie żuchwy do skrajnej pozycji przedniej przy ustach szeroko otwartych oraz zamkniętych i powrót do pozycji spoczynkowej,
- naśladowanie ziewania,
- naśladowanie żucia trawy przez krowę.

5. Ćwiczenia policzków:

- wydymanie policzków jak balonik,
- wciąganie do wewnątrz jak króliczek,
- poruszanie policzkami jak żabka,
- napinanie policzków wraz z wargami,
- masowanie policzków językiem od wewnątrz,
- masowanie policzków na zewnątrz, dłońmi, ruchem okrężnym.

Ćwiczenia artykulacyjne

Są to ćwiczenia właściwe, które służą do-
skonaleniu poprawnej wymowy wszystkich
głosek. Polegają one na wywołaniu praw-
idłowego brzmienia głosek w izolacji, w syla-

bach, następnie w wyrazach, związkach
wyrazowych, zdaniach, aż do utrwalenia
i automatyzacji właściwej artykulacji w mo-
wie spontanicznej.

Etapy pracy korekcyjnej nad prawidłową artykulacją głoski sz:

1. Wywołanie głoski sz metodą słuchową bądź metodą uczulania miejsc artykulacji.
2. Ćwiczenia sz w izolacji – naśladowanie szumu liści, wiatru- szszszszsz.
3. Ćwiczenia sz w sylabach:
 - na początku – *sza, szo, sze, szu, szy*;
 - w środku – *asza, oszo, uszu, esze, yszy*;
 - na końcu – *asz, osz, usz, esz, ysz*.
4. Ćwiczenia sz w wyrazach w grupie samogłosek:
 - na początku wyrazu – *szafa, szopa, szum, szelki, szynka*;
 - w środku wyrazu – *kasza, koszyk, puszek, leniuszek, myszy*,
 - na końcu wyrazu – *gulasz kosz, kapelusz, lemiesz, mysz*.
5. Ćwiczenia sz w wyrazach w grupie spółgłosek:
 - na początku – *szkoda, szklanka, szpilka, szpulka, szron, sztuka*;
 - w środku – *broszka, gruszka, poduszka, muszla, kasztan, bursztyn*;
 - na końcu – *marsz, dorsz, farsz*.

6. Ćwiczenia sz w parach wyrazów:
 - szara mysz, – szklany klosz,
 - koszyk szyszek, – nasza szkoła.
7. Ćwiczenia sz w zdaniach:
 - Szymon ma szare kalosze.
 - W szufladzie są szpulki i szpilki.
 - Koszyk jest pełen pysznych gruszek.
8. Ćwiczenia sz w krótkich wierszykach, rymowankach, zagadkach:

Zbiera Szymek dla Agnieszki
Kasztany, szyszki i orzeszki.
Z kasztanów i szyszek będą ludziki,
A z orzeszków koraliki.
9. Ćwiczenia sz w opowiadaniach historyjek obrazkowych, bajek, filmów.
10. Ćwiczenia sz w rozmowie swobodnej.
11. Utrwalanie prawidłowej wymowy sz w domu i szkole.

Do ćwiczeń artykulacyjnych przystępujemy wówczas, gdy dziecko jest odpowiednio przygotowane przez ćwiczenia wstępne:

oddechowe, fonacyjne, słuchowe i usprawniające narządy mowy.

dr **URSZULA KALICIŃSKA**
PWSZ w Raciborzu

LITERATURA

- D. Antos, G. Demel, I. Styczek, *Jak usuwać seplenienie i inne wady wymowy*, Warszawa 1971, PZWS.
- A. Balejko, *Uczmy się ojczyźnej mowy*, Białystok 1994, ORTHDRUK sp. z o.o.
- E. Chmielewska, *Zabawy logopedyczne i nie tylko*, Kielce 1996, Kielecka Oficyna Wydawnicza „MAC”.
- K. Datkun-Czeraniak, *Zabawy i ćwiczenia logorytmiczne dla dzieci przedszkolnych*, Elbląg 1994, WOM.
- G. Demel, *Minimum logopedyczne nauczyciela przedszkola*, Warszawa 1983, WSiP.
- G. Demel, *Elementy logopedii*, Warszawa 1979, WSiP.
- D. Emiluta-Roza, *Wspomaganie rozwoju mowy dziecka w wieku przedszkolnym*, Warszawa 1994, Centrum Metodyczne Pomocy Psychologiczno-Pedagogicznej, MEN.
- L. Kaczmarek, *Nasze dziecko uczy się mowy*, Lublin 1977, Wydawnictwo Lubelskie.
- E. Kilińska-Ewertowska, *Logorytmika*, Lublin 1987, UMCS, Zakład Logopedii, Polskie Towarzystwo Logopedyczne.
- K. Kozłowska, *Zabawy logopedyczne i łatwe ćwiczenia*, Kielce 2005, Wydawnictwo Pedagogiczne ZNP Spółka z o.o.
- K. Marasz, *Poradnik logopedyczny dla nauczycieli i rodziców*, Toruń 1994, Oficyna Wydawnicza Zakładu Doskonalenia Nauczycieli.
- E. Minczakiewicz, *Logopedia. Wybrane zagadnienia z materiałami do ćwiczeń*, Kraków 1987, Wydawnictwo Naukowe WSP.
- J. E. Nowak, *Wybrane problemy logopedyczne*, Bydgoszcz 1993, Wydawnictwo Uczelniane WSP.
- J. Nowak, *Piosenka w usprawnianiu wymowy dzieci z trudnościami w uczeniu się*, Bydgoszcz 1993, Wydawnictwo Uczelniane WSP.
- E. Sachajska, *Uczymy poprawnej wymowy*, Warszawa 1981, WSiP.
- H. Sankowska, *Ćwiczenia logopedyczne*, Warszawa, film z wideoteki MEN, Studio Filmowe BELFER.
- E. M. Skorek, *Oblicza wad wymowy*, Warszawa 2001, Wydawnictwo Akademickie „Żak”.
- E. M. Skorek, *100 tekstów do ćwiczeń logopedycznych*, Gdańsk 2005, Wydawnictwo „Harmonia”.
- E. Słodownik-Rycaj, *Rozwijanie mowy komunikatywnej dziecka*, Warszawa 1998, Wydawnictwo Akademickie „Żak”.
- E. Spałek, C. Piechowicz-Kuśkowska, *Jak pomóc dziecku z wadą wymowy*, Kraków 1996, Oficyna Wydawnicza „Impuls”.
- I. Styczek, *Badanie i kształtowanie słuchu fonemataycznego*, Warszawa 1982, WSiP.
- A. Ścibor, *Ćwiczenia i zabawy ortofoniczne*, „Wychowanie w Przedszkolu” 2003 nr 1.