

**Program stymulacji
funkcji komunikacyjnych
u dzieci z głęboką
niepełnosprawnością
intelektualną**

Opracowała: mgr Edyta Leńczowska

W procesie komunikowania się ludzi można wyróżnić trzy zasadnicze elementy: nadawcę komunikatu, odbiorcę oraz odpowiedni kanał przesyłania i odbioru informacji (artykulacyjny, wzrokowy, słuchowy i dotykowy). Sens i jakość przesyłanych informacji zależna jest przede wszystkim od stanu, możliwości oraz potrzeb zarówno nadawcy jak i odbiorcy.

Aby wzajemne porozumiewanie się przynosiło oczekiwane rezultaty musimy nauczyć się zarówno nadawania jak i odbierania (odczytywania) różnych komunikatów nawet tych najprostszyc.

Efektywne porozumiewanie się dzieci z głęboką niepełnosprawnością intelektualną z otoczeniem jest ważnym czynnikiem wpływającym na zaspokojenie ich potrzeb, a co za tym idzie rozwój i doskonalenie u nich funkcji poznawczych i społecznych. Wśród tych dzieci istnieje pewne zróżnicowanie pod względem rozwoju i sposobów porozumiewania się. Większość z nich jednak prawdopodobnie nigdy nie nauczy się mówić a jedynym sposobem komunikowania się z otoczeniem będzie gestykulacja, dotyk a niekiedy mało czytelna mimika, oddech, wyraz oczu, postawa ciała, odgłosy nieartykułowane i inne sygnały płynące z ciała.

Każda z preferowanych przez dziecko form dialogu jest dobra jeśli tylko spełnia swój cel – umożliwi mu dalszy rozwój. Dlatego każdą jeśli tylko pojawi się u dziecka powinno się rozwijać, utrzymywać i odpowiednio wzbogacać. Wspomnieć należy, iż rozwój umiejętności porozumiewania się nie jest autonomicznym procesem ale ściśle wiąże się i przeplata z rozwojem innych funkcji: ruchowych, manualnych, poznawczych, społecznych i emocjonalnych. Dlatego większość stosowanych ćwiczeń oprócz samych zdolności komunikacyjnych usprawnia także inne umiejętności np. percepcję wzrokową, koncentrację uwagi, sprawność manualną, autoorientację itp.

Celem opracowanego przeze mnie programu i włączenie go do codziennych zajęć rewalidacyjno – wychowawczych z dziećmi z głęboką niepełnosprawnością intelektualną jest osiągnięcie optymalnego dla każdego z nich sposobu porozumiewania się z najbliższym otoczeniem, odpowiednio do jego indywidualnych możliwości.

Wśród znanych metod wykorzystanie znajdują: stymulacja polisensoryczna, zabawa , metoda ruchu rozwijającego, metoda Knilla, masowanie.

Ćwiczenia powinno się prowadzić indywidualnie z każdym dzieckiem. Można je realizować oddzielnie lub wplatać do innych zajęć.

Uwagi dotyczące realizacji programu:

- w czasie zajęć mówimy do dziecka tylko tyle ile trzeba , używamy prostych, zrozumiałych dla niego słów
- wprowadzamy miłą i serdeczną atmosferę
- dokładnie obserwujemy dziecko i staramy się wykorzystać każdy płynący od niego sygnał
- jeśli dziecko wyraźnie protestuje przeciw jakiemuś ćwiczeniu do niczego go nie zmuszamy, tylko szukamy ćwiczeń alternatywnych, bazując na zainteresowaniach dziecka i jego spontanicznej aktywności
- stopniowo przechodzimy od ćwiczeń łatwych do coraz trudniejszych wiele razy je powtarzając i utrwalając (z uwzględnieniem faz rozwoju dziecka)
- doceniamy wysiłek dziecka, nawet jeśli nam się wydaje, że ono tego nie rozumie lub nie ma to dla niego żadnego znaczenia
- proponowany przeze mnie program powinno się dostosowywać tj. poszerzać, urozmaicać bądź zawężać odpowiednio do możliwości rozwojowych i potrzeb każdego dziecka, gdyż każde dziecko jest inne, inaczej reaguje na różne bodźce. Trzeba przede wszystkim uświadomić sobie co uczeń już potrafi, co najbardziej lubi robić i na tym oprzeć swoje dalsze

mieć sobie co uczeń już potrafi, co najbardziej lubi robić i na tym oprzeć swoje dalsze oddziaływania (podążać za dzieckiem).

W programie usprawniania umiejętności komunikacyjnych u dzieci z głęboką niepełnosprawnością intelektualną starałam się uwzględnić wszystko to, co dotyczy samego dziecka, jego zainteresowań jak i jego najbliższego otoczenia.

Program opiera się na :

I. Oddziaływaniach w zakresie sfery niewerbalnej tj.:

- a) wzbudzeniu u dziecka zainteresowania twarzą ludzką
- b) skupianiu jego wzroku na poruszającej się twarzy – śledzenie jej
- c) rozwijaniu umiejętności poszukiwania wzrokiem twarzy znikającej z pola widzenia
- d) nawiązywaniu dłuższego kontaktu wzrokowego i dotykowego
- e) rozwijaniu wspólnego pola uwagi
- f) wzbudzeniu zainteresowania zmieniającą się mimiką - nauka naśladowania i właściwego reagowania (np. uśmiechem na uśmiech)
- g) skupianiu uwagi na wykonywanych ruchach, gestach - nauka ich naśladowania i reagowania
- h) rozwijaniu umiejętności wyrażania gestem, mimiką swego stanu, potrzeb (np. ciągnięcie nauczyciela w kierunku interesujących dziecko przedmiotów)

II. Oddziaływaniach w zakresie mowy biernej tj.:

- a) skupianiu uwagi na ludzkim głosie
- b) rozwijaniu umiejętności wodzenia wzrokiem za głosem
- c) nauce rozumienia mowy poprzez:
 - kształcenie umiejętności reagowania na własne imię
 - kształcenie umiejętności reagowania na proste polecenia początkowo wsparte gestem (np. chodź, usiądź, wstań)
 - nazywanie poszczególnych części ciała
 - nazywanie osób, przedmiotów, zwierząt z najbliższego otoczenia
 - nazywanie wykonywanych czynności
 - czytanie prostych bajek, wierszy itp.

III. Oddziaływaniach w zakresie mowy czynnej:

- a) usprawnianiu aparatu oddechowego
- b) usprawnianiu aparatu artykulacyjnego
- c) usprawnianiu aparatu głosowego

Proponowane ćwiczenia, zabawy w zakresie stymulacji poszczególnych sfer:

Oddziaływania w zakresie sfery niewerbalnej tj.:

- a) *wzbudzanie u dziecka zainteresowania twarzą ludzką*
 - szybkie a następnie wolne zasłanianie i odsłanianie kawałkiem jaskrawego materiału twarzy nauczyciela
 - zasłanianie, odsłanianie chustką poszczególnych części twarzy nauczyciela
 - skupianie uwagi dziecka na lustrzanym odbiciu jego twarzy
 - zasłanianie, odsłanianie twarzy dziecka przed lustrem

- badanie twarzy nauczyciela i dziecka dłońmi
- skupianie uwagi dziecka na ilustracji twarzy ludzkiej naturalnej wielkości

b) skupianie wzroku dziecka na poruszającej się twarzy – śledzenie jej

- wykonywanie przed dzieckiem ruchów głową – przechylanie na boki, do przodu, tyłu, skręcanie
- przesuwanie twarzy w polu widzenia dziecka w pionie i poziomie
- próby poruszania głową dziecka przed lustrem

c) rozwijanie umiejętności poszukiwania wzrokiem twarzy znikającej z pola widzenia

- nauczyciel siedzący naprzeciw dziecka zakrywa swoją twarz np. rącznikiem, tekturowym kartonem dziecko może pomagać w odsłanianiu
- siedzący z tyłu dziecka nauczyciel wychyla się raz z lewego raz z prawego boku (dziecko powinno odwracać głowę i szukać twarzy)

d) nawiązywanie dłuższego kontaktu wzrokowego i dotykowego

- nauczyciel stopniowo coraz bardziej zbliża się do dziecka , dotyka coraz większych powierzchni ciała, przytula dziecko najpierw delikatnie i na bardzo krótko później coraz mocniej i dłużej
- nauczyciel zbliża i oddala twarz od dziecka patrząc mu w oczy tak długo jak to możliwe
- nauczyciel z założoną na twarz maską (zasłaniającą wszystko oprócz oczu) zbliża i oddala ją od dziecka następnie mruga oczami (raz jednym, raz drugim, później naprzemiennie a później na raz obydwoma)

e) rozwijanie wspólnego pola uwagi

- nauczyciel po nawiązaniu z dzieckiem kontaktu wzrokowego kieruje spojrzenie w kierunku lustra wskazując odbicie swoje i dziecka (obserwuje czy dziecko podąża za nim, jeśli nie, może delikatnie ukierunkować głowę dziecka)
- nauczyciel kierując ręką dziecka wskazuje jego lustrzane odbicie, fotografię, poszczególne części jego ciała następnie swojego (obserwując czy dziecko podąża wzrokiem)
- po nawiązaniu z dzieckiem kontaktu wzrokowego nauczyciel kieruje spojrzenie w kierunku różnych przedmiotów, ilustracji wskazując je palcem dziecka a następnie swoim

f) wzbudzanie zainteresowania zmieniającą się mimiką - nauka naśladowania i właściwego reagowania (np. uśmiechem na uśmiech)

- nauczyciel próbuje zainteresować dziecko poruszając pomalowanymi ustami – otwiera, zamyka , bezgłośnie wypowiada różne samogłoski, nakłada jedną wargę na drugą itp. oraz brwiami (unosząc je w górę, marszcząc)
- nauczyciel wykonuje różne miny z wyraźnie zaznaczonymi brwiami i ustami (smutną, wesołą, przestraszoną, złą)
- nauczyciel siedząc z dzieckiem przed lustrem zachęca je aby się do niego uśmiechnęło (może delikatnie unieść kąciki jego ust)
- nauczyciel wykonuje określoną minę a następnie prezentuje dziecku ilustrację z taką miną

g) skupianie uwagi na wykonywanych ruchach, gestach - nauka ich naśladowania i reagowania- etapy:

- najpierw nauczyciel stara się skupić uwagę dziecka na wykonywanych przez siebie gestach, ruchach (np. unoszenie rąk w górę, machanie na pożegnanie) nazywając je
- później pracuje z dzieckiem kierując nim (np. steruje jego kończynami)

- na samym końcu wielokrotnie wykonuje gest lub ruch zachęcając dziecko do samodzielnego powtórzenia

h) rozwijanie umiejętności wyrażania mimiką, gestem swego stanu, potrzeb (np. ciągnięcie nauczyciela w kierunku interesujących dziecko przedmiotów)

Jest to wyższy poziom, na którym nauczyciel musi dokładnie nauczyć się odczytywania sygnałów pochodzących od dziecka a następnie wzmocnienia tych sygnałów odpowiednimi gestami np. jeżeli sygnały niewerbalne świadczą o tym że dziecku chce się pić nauczyciel daje mu jego kubek aby mógł go poznać polisensorycznie, następnie ręką kilkakrotnie pokazuje gest picia wypowiadając słowo „pić” na końcu nalewa napój do kubka i daje dziecku. Powtarza to za każdym razem, aż może kiedyś okaże się, że dziecko samo wykona dany gest jeśli będzie spragnione.

Oddziaływania w zakresie mowy biernej tj.:

a) skupianie uwagi na ludzkim głosie

- wypowiadanie głosek, sylab, wyrazów w różny sposób (głośno, cicho, wysoko, nisko, powoli, szybko)
- czytanie krótkich wierszyków z wyrazami dźwiękonaśladowczymi
- śpiewanie dziecku piosenek

b) umiejętność wodzenia wzrokiem za głosem

- nauczyciel siedząc za dzieckiem wypowiada głoski, sylaby, wyrazy raz z lewej raz z prawej strony

c) nauka rozumienia mowy:

➤ kształcenie umiejętności reagowania na własne imię

- nauczyciel wypowiada imię dziecka siedząc przed nim a następnie za nim i z boków oczekując na kontakt wzrokowy
- nauczyciel przywołuje dziecko po imieniu z różnych zakątków pomieszczenia
- nauczyciel wypowiada imię dziecka w różny sposób (głośno, cicho, powoli, szybko, wysoko, nisko, sylabami)
- nauczyciel siedząc z dzieckiem przed lustrem okrywa je materiałem a następnie zadaje pytanie Gdzie jest? i ściąga z niego materiał

➤ kształcenie umiejętności reagowania na proste polecenia (usiądź, wstań, chodź)

- nauczyciel skupia uwagę dziecka na prezentowanej kilkakrotnie przez siebie czynności nazywając ją np. siadać na krześle (jeśli jest to czynność z przedmiotem, na początku pozwala dziecku poznać przedmiot)
- wspólne wykonywanie z dzieckiem czynności poprzedzonej gestem – nazywanie jej za każdym razem
- nauczyciel wypowiada proste polecenie wsparte gestem i pomaga dziecku samodzielnie je wykonać
- nauczyciel wypowiada polecenie wsparte gestem i zachęca dziecko do wykonania
- nauczyciel wypowiada polecenia i zachęca dziecko do jego wykonania

➤ nazywanie poszczególnych części ciała

Naukę nazw poszczególnych części ciała zaczynamy od tych części, które są dla dziecka najbardziej widoczne i wyczuwalne (jak np. ręce, nogi)

- nauczyciel dotyka, masuje, oklepuje poszczególne części ciała dziecka dłońmi lub różnymi przedmiotami (masowanie np. w różnych rękawiczkach, przy pomocy kremu, oliwki, różnych materiałów, drewnianego i wibracyjnego masażera, oklepywanie – np. pustą plastikową butelką, balonem, piszczącym młoteczką itp.)
- nauczyciel kierując ręką dziecka wskazuje poszczególne części ciała najpierw u dziecka później u siebie (przed lustrem)
- recytowanie wierszyków dotykaniem wymienionych w nich części ciała u dziecka
- zakrywanie poszczególnych części ciała – zabawa „Jest noga, nie ma”
- wskazywanie palcem dziecka poszczególnych części ciała lalki i jej ilustracji
- nazywanie części ciała podczas wykonywania z dzieckiem codziennych czynności np. zakładania odzieży, karmienia, mycia

➤ nazywanie osób, przedmiotów, zwierząt z najbliższego otoczenia

Naukę nazw osób, przedmiotów, zwierząt zaczynamy od tego, co jest dziecku znane i co można poznawać polisensorycznie - unikamy pojęć abstrakcyjnych

- wskazywanie, nazywanie osób z otoczenia dziecka zawsze gdy znajdują się w jego pobliżu
- skupianie uwagi dziecka na fotografiach najbliższych mu osób, wskazywanie jego palcem i nazywanie
- różne warianty zabawy „gdzie jest np. mama”
- skupianie uwagi dziecka na przedmiotach, zwierzętach z najbliższego otoczenia, wskazywanie palcem dziecka, nazywanie (umożliwienie poznania zmysłowego)
- wskazywanie palcem dziecka poznanych wcześniej przedmiotów, zwierząt na fotografiach, ilustracjach
- różne warianty zabaw „gdzie jest np. but, pies”

➤ nazywanie czynności

- nazywanie wykonywanych przez dziecko ruchów (np. klaskać)
- nazywanie wykonywanych przez dziecko czynności (np. jeść, pić itp.)

Oddziaływania w zakresie mowy czynnej:

a) usprawnianiu aparatu oddechowego

- nauka oddychania przez usta i nos

Na początku dotykamy usta i nos dziecka, prezentujemy czynności na sobie a później wykorzystując różne zabawy uczymy dziecko, jeśli nam na to pozwoli oddychania tylko przez usta, przez usta i nos a na końcu przez nos (np. zabawa: „Złapię nosek” - nauczyciel wypowiada słowa a następnie palcami piszącymi łapie dziecko za nos przed lustrem początkowo na bardzo krótko z czasem jeśli dziecko pozwoli na dłużej skłaniając je tym samym do oddychania ustami, zabawa „ Jak to pachnie” – podsuwanie dziecku pod nosek różnych przyjemnych dla niego zapachów).

- wzmacnianie siły wydechu

Nauczyciel zbliża w okolice ust i nosa dziecka różne łatwo poruszające się pod wpływem powietrza materiały, przedmioty np. małe piórko tak aby wydychane przez dziecko powietrze „zdmuchnęło” go z dłoni (można dziecku pomóc) dając mu tym samym poczucie sprawstwa i mobilizując do dalszej pracy

- nauka ukierunkowywania strumienia powietrza

Jeśli wydech jest na tyle silny prezentujemy dziecku różne zabawy polegające na dmuchaniu w różne przedmioty i zachęcamy do powtarzania (np. dmuchanie na papierowe łódeczki pływające w misce z wodą itp.)

b) usprawnianiu aparatu artykulacyjnego

- dotykanie, nazywanie narządów artykulacyjnych (przełyku, podbródka, policzków, ust, języka, podniebienia dłońią w rękawiczce lub za pomocą różnych przedmiotów)
- masowanie narządów artykulacyjnych dłońią w rękawiczce lub za pomocą różnych przedmiotów (łyżki, lizaka itp.)
- skupianie uwagi dziecka na różnych ruchach policzków, warg, języka (np. taniec języka, parskanie, gryzienie)
- bierne poruszanie np. policzkami, wargami dziecka
- pobudzanie dziecka do samodzielnego poruszania ruchomymi narządami (np. przez masowanie języka lizakiem, podawanie dziecku do jedzenia chrupiących smakołyków ciastek, wafli itp.)

c) usprawnianiu aparatu głosowego

- naśladowanie dźwięków wydawanych przez dziecko
- badanie dźwięczności głosek poprzez położenie dłoni dziecka na szyi
- zabawa w śpiewane głoski, sylaby, wyrazy (różna wysokość, szybkość, głośność) i pobudzanie dziecka do naśladowania
- recytowanie krótkich wierszyków z wyrazami dźwiękonaśladowczymi
- śpiewanie bądź puszczanie dziecku piosenek (mogą być ilustrowane ruchem)

Poniżej zamieściłam przykładowe zabawy, ćwiczenia, wiersze wpływające na rozwój umiejętności komunikacyjnych u dzieci znajdujących się w różnych fazach rozwoju. Niektóre można wykorzystać w pracy z dziećmi głęboko niepełnosprawnymi intelektualnie inne natomiast zawierają w sobie wyższy stopień trudności. Prawie każde z poniższych ćwiczeń można jednak przekształcić odpowiednio do rozwoju dziecka i jego potrzeb – wystarczy trochę wyobraźni.

I. Nawiązywanie z dzieckiem kontaktu metodą ruchu rozwijającego

Przykłady ćwiczeń:

1. Dziecko i dorosły siedzą przodem do siebie trzymając się za ręce. Partnerzy wymieniają uśmiechy, dotykają się czołami i oddalają czoła od siebie, pocierają się czołami a następnie brodami – dorosły przy tym nie szczędzi dziecku uśmiechów. Partnerzy pokazują sobie nawzajem nos, buzię, ręce. Oglądają je i porównują ich wielkości (np. układając dłoń dziecka na dłoni dorosłego). Wzajemnie się przyciągają w pozycji siedzącej



2. Dziecko w porcji leżące na brzuchu, dorosły w klęku rozwartym obejmuje nogami ciało dziecka. Nachylając się zagląda w twarz dziecka raz z prawej raz z lewej strony zmuszając je do zmiany pozycji głowy. Przy każdej udanej próbie dorosły głośno okazuje radość.



3. Dziecko w siadzie skrzyżnym tyłem do partnera. Partner siedzi w siadzie rozkrocznym obejmując dziecko rękoma. Kołysze je na boki do przodu i tyłu. Z początku bardzo delikatnie potem coraz mocniej. W razie pojawienia się lęku należy kołysać delikatniej oraz chronić przed upadkiem.

II. Masaż usprawniający narządy artykulacyjne

U dzieci z głęboką niepełnosprawnością intelektualną często występują dysfunkcje oddychania i połykania. O nieprawidłowościach tych można przekonać się obserwując je

choćby przez moment. Następstwem nieprawidłowego sposobu oddychania i polykania mogą być także wady zgryzu oraz infekcje górnych dróg oddechowych.

Zabiegi o charakterze profilaktyczno-usprawniającym powinno się prowadzić systematycznie, ale niezwykle delikatnie, ciepło, w miarę atrakcyjnie, zachęcając przez to dziecko do współdziałania.

Na wstępie koncentrujemy się na buzi dziecka, jego policzkach, nosku, wargach, przełyku, języku, podniebieniu i dziąsłach, dotykając ich, uciskając, pocierając, masując. Pamiętajmy o przestrzeganiu higieny – umyciu rąk przed przystąpieniem do masowania oraz nałożeniu ochronnych rękawiczek (w przypadku masażu jamy ustnej). Jeżeli dziecko protestuje do niczego go nie zmuszamy ale stopniowo zachęcamy np. rozpoczynamy masaż warg, języka za pomocą powietrza wypychanego z plastikowej butelki, okrągłego lizaka, łyżeczki zamoczonej w dżemie, czekoladzie itp.

➤ **Masaż twarzy dziecka**

Masaż twarzy rozpoczynamy zawsze od łagodnego, delikatnego dotyku i objęcia dłońmi całej głowy dziecka. Następnie kolejno dotykamy i nazywamy poddawaną masażom część twarzy. Informujemy dziecko o tym, co w danym momencie masujemy np. mówimy, teraz masujemy twoje czoło, twój policzek, twój drugi policzek, brodę. Możemy wprowadzać przy tym zabawne wierszyki np. „Moja buzia” (w miarę potrzeby niektóre ich słowa można wzmacniać akcentami dotykowymi, np. mocniejszym uciskiem danego miejsca twarzy lub nawet delikatnym szczypaniem). Masaż twarzy można wykonywać nie tylko dłońmi ale także przy pomocy miękkiego pędzelka, materiału lub ptasich piór. Można do tych celów wykorzystać odpowiedni dla dziecka krem. Trzeba jednak uważać, jak dziecko reaguje na wszelkie modyfikacje.

➤ **Masaż policzków**

Wykonujemy go przy użyciu oliwki lub łagodnego kremu który nakładamy na skórę twarzy i szyi dziecka. Policzki masujemy ruchami okrężnymi od nosa i warg w kierunku skroni podtrzymując jednocześnie kciukiem ręki brodę dziecka tak, aby usta jego były zamknięte (wargi mają przylegać do siebie). Drugą zawsze podtrzymujemy głowę dziecka by nie uciekała na boki. Po delikatnej rozgrzewce twarzy wykonanej ruchami okrężnymi, przechodzimy do lekkiego obszcypywania policzków dziecka a następnie oklepywania ich. Wykonujemy to w formie zabawowej przemawiając do dziecka, nachylając się nad nim, spoglądając w oczy, uśmiechając się itp. Masaż policzków rozpoczynamy delikatnymi i powolnymi ruchami okrężnymi, później wzmacniamy ucisk palców i zwiększamy szybkość ~~Masaż~~ policzków kończymy ruchami głaszczącymi

Czas zabiegu regulujemy w zależności od stanu psychofizycznego dziecka, jego wieku, możliwości.

➤ **Masaż przełyku i podbródka**

Masaż przełyku i podbródka wykonujemy zewnętrzną stroną dłoni, prowadząc ją od dołu ku górze. Dłoń o złączonych palcach układamy na wysokości obręczy barkowej i ruchem gładzącym, ciągłym przesuujemy ją ku górze po krzywiznie szyi i podbródka. Ruchy te powtarzamy kilkakrotnie w ciągu dnia, obserwując przy tym reakcje mimiczne dziecka.

➤ **Masaż warg**

Złączone, przylegające do siebie wargi dziecka ugniatamy palcem wskazującym i kciukiem a następnie ruchem rozciągającym masujemy je. Podczas zabiegu wargi dziecka rozciągamy, to znowu ściągamy w „dzióbek”, lekko obszcypujemy je i na końcu gładzimy. Do uczulania, uwrażliwiania okolicy ust, jak również do masażu można użyć ptasich piór wymytych, zdezynfekowanych, miękkiej szczoteczki do mycia zębów, szpatułki z

tych, zdezynfekowanych, miękkiej szczoteczki do mycia zębów, szpatułki z nawiniętym kawałkiem gazy itp. Masaż oklepywania warg można wykonać palcem, metalową szpatułką lub trzonkiem łyżeczki.

Doskonałym ćwiczeniem utrwalającym ruchy ściągania warg jest próba picia ze specjalnego plastikowego kubka, którego dzióbek dziecko chwyta wargami, zaś w pierwszej fazie także dłońmi lub zębami. Dorosły musi dopilnować, aby wargi dziecka przylegały dokładnie do dzióbka i zaciskały się na nim. Dzieciom bardziej zdolnym, ćwiczenia te możemy utrudnić wykorzystując w tym celu rurki plastikowe o małym przekroju, przez które mogą one pić różne płyny np. mleko, soki, herbatę, kolorową wodę itp. Dla dzieci interesujących się już otoczeniem atrakcyjna może być zabawa polegająca na dmuchaniu mydlanych baniek przy pomocy specjalnego aparaciku.

➤ *Masaż języka*

Rozpoczynamy go od luźnej dotykowo-ruchowej zabawy. Stopniowo przygotowujemy dziecko do masażu dotykając jego brody, nosa, policzków i warg. Następnie staramy się złapać przemieszczając się odruchowo w buzi język dziecka. Robimy to jednak bardzo uważnie, delikatnie dotykając go i uciskając (w rękawiczkach ochronnych).

Następnie układamy dziecko w wygodnej pozycji (główna dziecka powinna być podparta) delikatnie otwieramy mu buzię. Pewnym ruchem chwytamy czubek języka w palce przez płatek gazy, by nie wyslizgiwał się z rąk i przystępujemy do masażu grzbietowej strony języka. Wykonujemy ruchy koliste, poczynając od czubka języka, przesuując się w kierunku nasady tak głęboko, jak to tylko możliwe. Granice tych możliwości wyznacza wrażliwość czuciowa (odruch wymiotny). Masaż wykonujemy palcem wskazującym by mieć pełną kontrolę czuciową nad zabiegiem, a dziecku nie zrobić krzywdy. Podczas masażu wykonujemy pełne ruchy koliste wzdłuż i w poprzek języka. Ruchy te muszą być wykonywane z niezwykłym wyczuciem, delikatnością i starannością.

Dobre rezultaty w usprawnianiu języka daje tzw. masaż plackowy, polegający na wykonywaniu ruchów rozgniatających. Można zastosować również ucisk punktowy polegający na krótkim energicznym uciskaniu języka palcem wskazującym. Ucisk taki prowokuje odruch cofania się języka w głąb jamy ustnej. Do ćwiczeń usprawniających należy włączyć zabieg uklepywania języka. Zabieg ten przeprowadzamy przy otwartej buzi dziecka, przytrzymując język. Uklepywanie rozpoczynamy od czubka języka wykonując je po obu stronach bruzdy środkowej w kierunku nasady. Zabieg ten można wykonywać palcami lub użyć szpatułki metalowej, drewnianej, a nawet trzonka łyżeczki

Gdy u dziecka ruchy języka ogranicza zbyt krótkie wędzidełko podjęzykowe, prowadzimy wtedy intensywne ćwiczenia, które mają na celu jego wydłużenie, rozciągnięcie.

Ćwiczenia te polegają na podciąganiu i dźwiganiu języka ku górnym dziąsłom(zębom) i energicznym wywijaniu czubka języka ku górze. Ćwiczenia należy prowadzić systematycznie, dokładnie.

➤ *Masaż podniebienia*

Masaż ten wykonujemy podobnie jak masaż języka tj. poczynając od przodu jamy ustnej aż do podniebienia miękkiego. Zazwyczaj masujemy je najpierw po prawej, a potem po lewej stronie linii środkowej podniebienia. Wykonujemy go zazwyczaj kciukiem ręki prawej rozpoczynając od bruzdy środkowej, schodząc do łuków zębowych.

➤ *Masaż dziąseł*

Masaż dziąseł wykonujemy palcami lub używamy do tego celu miękkiej szczoteczki do mycia zębów. Dziaśła dolne masujemy w kierunku od góry do dołu, natomiast dźiąśła górne masujemy od dołu ku górze.

III. Zabawy i ćwiczenia oddechowe

Proponowany zestaw zabaw - ćwiczeń oddechowych jest dla dzieci sprawniejszych ale można go zmodyfikować i wykorzystywać w pracy z dziećmi o zróżnicowanym wieku życia, możliwościach, w zależności od potrzeb i warunków organizacyjnych oraz konkretnych potrzeb każdego dziecka. Mogą być one przeprowadzone w sali zajęć, gabinecie logopedycznym, w ogrodzie, podczas spaceru, w domu rodzinnym itp.

A oto propozycje.

➤ *Wyścig piłek*

Cel zabawy – oszczędne gospodarowanie powietrzem- wydech, kierowanie strumienia powietrza na określony cel - piłkę

Przebieg zabawy: Dwie piłeczki (najlepiej plastikowe) układamy na stole na tej samej wysokości. Na końcu stołu w dowolny sposób zaznaczmy linię mety. Na sygnał dziecko lub dzieci toczą piłkę po stole dmuchając na nią.

➤ *Wyścig łódek*

Cel zabawy: uczenie dmuchania - prawidłowy wydech.

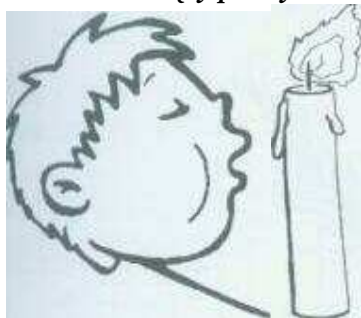
Przebieg zabawy: Do dwóch wanienek lub plastikowych misek napełnionych wodą wkładamy łódki wykonane z papieru. Na sygnał , „zawodnicy” siłą podmuchu przemieszczają swe łódki po tafli wody. Wygrywa ten z „zawodników”, którego łódka szybciej pokona długość wanienki

➤ *Parada wiatraczków*

Cel zabawy: ćwiczenia wydechu, wzmocnienie wydechu

Przebieg zabawy: dzieci trzymając w ręku wiatrak ustawiają się na linii startu - np. w kole. Na sygnał, dmuchając w skrzydła wiatraka wprawiają go w ruch, wyciągając ręce daleko przed siebie. Zwycięża ten „zawodnik”, którego wiatrak najdłużej się kręci. Prostszy wariant zabawy jest kierowanie strumienia wydychanego powietrza na zawieszony na nitkach lekki element wycięty z bibuły, papieru.

➤ *Tańczący płomyk*



Cel zabawy: sterowanie" strumieniem wydychanego powietrza - wzmocnienie wydechu

Przebieg zabawy: Dzieci, ustawione w odległości 30 cm od płomienia świecy, leciutko dmuchają na płomień, uważając, aby nie zgasł. Zwycięża ten, którego płomyk ładniej i dłużej będzie wykonywał swój taniec. Prostszy wariantem zabawy jest dmuchanie na płomień tak, aby zgasł.

➤ **Wiatr wieje**

Cel zabawy: wzmacnianie siły wydechu (wydech ekonomiczny)

Przebieg zabawy: Dzieci unoszą pasek papieru na wysokość głowy lub ponad nią, dmuchając na nie. Pasek pod wpływem wzmocnienia wydychanego strumienia powietrza wychyla się w jedną stronę, przy zwolnieniu siły wydechu wraca do pozycji pionowej. Wygrywa to dziecko, którego pasek wychyla się najmocniej.

Ćwiczenie (zabawę) modyfikujemy używając zamiast paska papieru „miotelki”, ponacinanej bibuły, folii aluminiowej itp.

➤ **Droga wolna**

Cel zabawy: wciąganie i wypuszczanie powietrza, wzmacnianie mięśni oddechowych

Przebieg zabawy: Każde z dzieci otrzymuje rurkę. Dmuchając w nią sprawdza drożność rurki. Na sygnał, dzieci dmuchają w rurkę, przesuwając na boki narysowanej na planszy drogi - drobinek papierków (bibulek), oczyszczając ją. Wygrywa ten „zawodnik”, któremu uda się prędzej oczyścić drogę z rozsypanych na niej drobinek papierków. Prostszy wariantem zabawy jest zdmuchiwanie np. ze stołu, dłoni drobinek papieru pergaminowego.

➤ **Czapla i ryby**

Cel zabawy: wzmacnianie mięśni oddechowych oraz ćwiczenie warg i mięśni podniebiennych

Przebieg zabawy: Każde dziecko-czapla otrzymuje rurkę plastikową i dwa naczynka, z których jedno zawiera kilka małych (lekkich) papierków imitujących ryby. Na sygnał dzieci starają się przy pomocy rurki przyssać „rybkę” i przenieść ją do drugiego naczynia. Wygrywa ten, kto przeniesie jak najwięcej ryb do „stawu”. Prostszy wariantem zabawy jest np. wydmuchiwanie z talerza, miski lekkich papierków.

➤ **Leci, leci biały puch**



Cel zabawy: ćwiczenia krótkich wdechów i jak najdłuższych wydechów, wzmacnianie mięśni oddechowych.

Przebieg zabawy: Dzieci otrzymują kilka piórek ptasich (puchu), które przy pomocy strumienia wydychanego powietrza mają utrzymać w ruchu. Każde z dzieci ma piórka innego koloru. Zwycięża ten, którego piórka jak najdłużej utrzymują się w powietrzu. Prostszy wariantem zabawy jest dmuchanie np. na wiszące piórka, zdmuchiwanie piórek ze stołu.

➤ **Nadmuchiwanie balonów**



Cel zabawy: przygotowanie aparatu oddechowego do podejmowania czynności fonacyjnych;
Przebieg zabawy: Dzieci nadmuchują balony. Porównujemy - czyj jest większy, a czyi mniejszy. Poznajemy kolory Budujemy proste zdania, np. „Ola ma balon”. Prostszy wariantem zabawy jest wdmuchiwanie powietrza do wnętrza foliowego worka bądź kierowanie wydychanego powietrza na nadmuchany balon tak, aby się poruszył.

➤ ***Puszczanie baniek mydlanych***



Cel zabawy: sterowanie strumieniem wydychanego powietrza
Przebieg zabawy: Dzieci wlewają do aparacików roztwór mydlany odpowiednio je trzymają i wydychają bańki. Prostszy ćwiczeniem jest kierowanie strumienia powietrza na bańki lub pianę np. podczas kąpieli – zdmuchiwanie jej z dłoni. Wariantem trudniejszym – puszczanie baniek przez rurkę

➤ ***Woda, woda wrze***

Cel zabawy. Dynamika oddychania.

Przebieg zabawy: Dzieci przez plastikową rurkę zanurzoną w wodzie dmuchają do naczynia. Woda w naczyniu burzy się, tworząc pianę i bańki Wygrywa ten, kto jak najwięcej baniek „wydmucha” na powierzchni wody.

➤ ***Najprostsze ćwiczenia oddechowe***, które można wykonać w każdych warunkach:

- dmuchanie na dmuchawce podczas spaceru



- parowanie szyby np.- w autobusie lub tramwaju, domu (parowanie lustra szyby i kreślenie po nich)

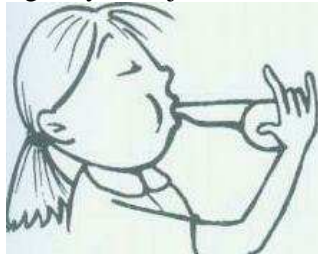
- wąchanie kwiatów , różnych zapachów



- chłodzenie gorącej zupy herbaty, itp.,



- gramy na fujarce flecie, gwizdkach, a nawet grzebieniu



- ogrzewamy zmarznięte ręce- chuchanie na zziębnięte ręce,
- pompujemy papierową torebkę, rozwijamy wydychanym powietrzem papierowego "ślimaka"

IV. Propozycje ćwiczeń do usprawniania języka i warg:

➤ *Ćwiczenia bierne – wykonuje je dorosły*

- „obrysowywani” kształtu ust dziecka przez dorosłego (uczulanie warg)
- leciutki masaż warg palcami, różnymi przedmiotami
- uklepywanie warg palcami, ściąganie ich w dzióbek i spłaszczanie w kierunku kącików ust
- rozchylanie i składanie warg do uśmiechu,
- uczulanie języka (leciutkie dotykane go łyżeczką),
- prowokowanie języka (wywołanie reakcji ruchowych przez ucisk),
- „ważenie” języka (ułożenie języka na trzonku łyżeczki i huśtanie go w górę i w dół),
- uklepywanie języka przy pomocy smoczka lub palca,
- prowokowanie języka do unoszenia się i opadania,
- prowokowanie dziecka do zlizywania np. miodu ze smoczka, łyżeczki, w dalszej kolejności z wargi górnej i dolnej itp.
- masaż wibracyjny warg np. gra na grzebieniu,
- przesuwanie języka w buzi — od lewego do prawego kącika ust (najpierw opierając język o dolną wargę a potem w powietrzu),
- wędrówka języka ku górnej wardze (od prawego do lewego kącika ust),
- picie płynów przy pomocy łyżeczki,
- lizanie lizaka

➤ **Ćwiczenia czynne dla dzieci bardziej sprawnych:**

a) ćwiczenia języka

- wysuwanie i chowanie języka w głąb jamy ustnej
- kierowanie języka do brody i nosa
- kierowanie języka do kątek ust
- rozplaszczanie języka – łopata
- wykonanie rurki
- ułożenie języka w kształcie rynienki
- oblizywanie warg ruchem okrężnym
- oblizywanie zewn. strony zębów językiem
- klaskanie językiem
- wypychanie językiem policzków

b) ćwiczenia warg

- zaciskanie warg
- próby samodzielnego układania warg do uśmiechu, cmokania itd.,
- nakładanie wargi górnej na dolną
- nakładanie wargi dolnej na górną
- przesuwanie kącików ust: w lewo, w prawo
- stulanie warg w „dzióbek” i rozciąganie („uśmiech”)
- układanie warg w „ryjek”
- gwizdanie
- nadymanie policzków („balon”)
- warczenie motoru - wibracja warg
- przepychanie powietrza wewnątrz jamy ustnej
- cmokanie na konia” - sygnał woźnicy
- parskanie konia

V. Propozycje ćwiczeń wzmacniających pierścień zwierający gardło:

- dmuchanie przy zaciśniętych skrzydełkach nosa,
- ziewanie - jako naśladowanie czynności wykonanej przez osobę dorosłą,
- masaż podbródka (od ucha do ucha),
- bierne obniżanie szczęki dolnej i energiczne jej unoszenie do pełnego zamknięcia buzi,
- naśladowanie „kaszlu dziadka” - kaszel przy wysuniętym do przodu języku,
- połykanie płynu przy nieznacznie zaciśniętych skrzydełkach nosa,
- chrapanie niedźwiedzia i niedźwiadka,
- cofanie języka dziecka w głąb jamy ustnej przy pomocy smoczka, szpatułki lub palca,
- leciutkie drażnienie podniebienia miękkiego przy pomocy piórka itp.

VI. Propozycje ćwiczeń słuchowych i zabaw dźwiękonaśladowczych

Celem ćwiczeń słuchowych jest wyrobienie u dziecka wrażliwości na wszelkiego rodzaju szmery i dźwięki, wśród których przebywa, a także sprawdzenie, jak reaguje na dźwięki o określonym paśmie częstotliwości i natężeniu.

A oto kilka przykładów tego rodzaju ćwiczeń:

- obserwowanie reakcji dziecka na dźwięk dzwonka,
- prowokowanie reakcji słuchowych przy pomocy łyżeczki i kubka metalowego, łyżki i talerza,
- zabawa grzechotką (potrząsanie delikatne i bardzo mocne),
- zabawa dwoma zabawkami wydającymi dźwięki — potrząsanie raz jedną, raz drugą zabawką i obydwoma jednocześnie,
- kołysanki śpiewane dziecku,
- zbliżanie i oddalanie od dziecka źródła dźwięku np. radiodbiornik nadającego przyjemne melodie
- pokazywanie dziecku różnych przedmiotów wydających dźwięki (najpierw pokazujemy np. lalkę, która woła „halo” , kiedy dziecku żywo reaguje na jej widok, można w tym momencie wprowadzić inny przedmiot
- szukanie tykającego zegara nakrytego pieluszką
- wspólne słuchanie z dzieckiem nagranych melodii i piosenek,

VII. Wiersze do ćwiczeń logopedycznych

Zawarte pod tekstami wskazówki i cele czemu wiersze mają służyć, wcale nie świadczą o tym, iż nie można ich wykorzystać w pracy z dziećmi z głęboką niepełnosprawnością intelektualną. Dzieciom nie mówiącym można czytać wierszyki odpowiednio modulując głos, zmieniając mimikę twarzy, wykonując różne ruchy co zwiększa ich zainteresowanie mową ludzką.

➤ *Samogłoski*

Wszystkie samogłoski znamy,
Więc z radością wymawiamy:
Aparat - pierwsza głoska „A”,
Która pięknie, długo trwa.
Okno - pierwsza głoska „O”,
Chętnie wymawiamy ją.
Ekran - słyszę głoskę „E”
Jak nie mówię „E” – to źle
W ulu znajdziesz głoskę „U”,
Bo też dobrze pszczołom tu
Igła - zgadnij! Gdzie jest „I”?
Brawo, z przodu - pięknie brzmi.
Domy, kwiaty rosną w słońcu,
„Y- słyszymy tu na końcu!
A, A. E, E, O, U. I, Y, Znam je ja i znasz je ty

➤ *Trąbki Rysia*

Rysio cztery trąbki ma
I na każdej pięknie gra
Na pierwszej gra; tra ta ta
Na drugiej gra: tru tu tu

Na trzeciej gra: try ty ty
Rysio brata Jurka ma
Razem z bratem gromko gra:
Tra, ta, ta
Tra tru tre
Tre tro tru
Tro tru tre

➤ **Mocne dmuchanie**

Ćwiczenie oddechowe

- pogłębianie oddechu
- wzmacnianie siły wydechu

Ćwiczenie usprawniające narządy mowy

- usprawnianie żuchwy
- usprawnianie warg
- usprawnianie podniebienia miękkiego

Wiersz służy do ćwiczeń oddechowych oraz usprawniania podniebienia miękkiego. Zadanie dzieci polega na głębokim nabraniu powietrza ustami i mocnym dmuchaniu.

Pomoce: dmuchawce , przyrząd do robienia baniek mydlanych, piórka, piłeczki pingpongowe, wiatraczki

Rosną na łące
białe dmuchawce,
gdy na nie dmuchnę,
będą latawce.*
Słomiana rurka,
naczynie szklane,
będą z dmuchania
bańki mydlane.*
Zgubił gołąbek
pióreczko bure,
gdy na nie dmuchnę,
poleci w górę.*
Leży przed bramką
mała piłeczka,
gdy mocno dmuchnę,
gna do środka.*
Stoi na półce
wiatraczek mały,
gdy mocno dmuchnę,
wiruje cały.*
Po tych przykładach
dam wam wskazanie:
Trzeba wciąż ćwiczyć
mocne dmuchanie!*

W miejscach oznaczonych gwiazdką (*) dzieci nabierają ustami dużo powietrza i z całej siły dmuchają kolejno na: dmuchawiec, bańki mydlane, piórko, małą pałeczkę, skrzydełka wiatraczka. Podczas wykonywania ćwiczenia skrzydełka nosa powinny być zaciśnięte.

➤ **Pachnące róże**

Ćwiczenie oddechowe

- różnicowanie faz oddechowych
- utrwalanie nawyku oddychania przez nos
- ćwiczenie usprawniające narządy mowy
- usprawnianie podniebienia miękkiego

Wiersz służy przede wszystkim do ćwiczeń oddechowych. Dzieci słuchając wiersza, starają się zapamiętać zapach róży - mocno wciągają powietrze („zapach”), a następnie powoli je wypuszczają. Wdychanie i wydychanie powietrza odbywa się przez nos. Wykonując to ćwiczenie, dzieci uczą się różnicować fazy oddechowe (wdech, wydech) oraz kształtują umiejętność oddychania przez nos w czasie spoczynku.

Pomoce: róże (sztuczne lub papierowe)

Stoją na stole

w szklanym wazonie

mocno pachnące

róże czerwone.

Buzie zamykamy,

noskiem woń wdychamy,

a gdy minie chwila,

wolno wydychamy*

Zapach wypełnia

całe mieszkanie.

Wdychamy zapach -

niech nam zostanie.

Buzie już zamknięte,

noskiem woń wdychamy,

a gdy minie chwila,

wolno wydychamy.*

Płatki pachnące

w szklanym wazonie.

Śmieją się do nas

róże czerwone.

Gdy buzie zamknięte,

zapach róż wdychamy,

a po krótkiej chwili

wolno wydychamy.*

W miejscach oznaczonych gwiazdką (*) dzieci wciągają róże (papierowe lub sztuczne) - mocno wciągają powietrze nosem, a następnie powoli je wypuszczają – także przez nos. W czasie ćwiczeń usta powinny być zamknięte.

➤ **Zimne ręce**

Ćwiczenie oddechowe

- wzmacnianie siły wydechu
 - wydłużanie fazy wydechowej
- Ćwiczenie usprawniające narządy mowy
- usprawnianie warg

- usprawnianie żuchwy
- usprawnianie podniebienia miękkiego

Wiersz służy do ćwiczeń oddechowych i usprawniających narząd mowy. Poprzez mocne chuchanie, np. na zmarznięte dłonie, dzieci pogłębiają oddech, wzmacniają i wydłużają wydech. W czasie ćwiczenia usprawniane jest podniebienie miękkie.

Uhu ha, uhu ha,
 mroźną zimę mamy.
 Nasze ręce mocno zmarzły,
 więc na nie chuchamy.¹
 Zimne ręce ciągle mamy,
 nierozgrzane wcale.
 Jeszcze sobie pochuchamy
 na ten i ten palec.²
 Uhu ha, uhu ha,
 mroźną zimę mamy.
 Żeby ręce nam nie zmarzły,
 to na nie chuchamy.¹
 Sroga zima mocno trzyma,
 płatków tysiąc leci.
 By minęła szybko zima,
 pilnie ćwiczą dzieci.!

Uhu ha, uhu ha,
 dzieci zimę mają.
 Zmarzły dzieciom małe noski,
 więc na nie chuchają.³
 Nie wykonał ktoś zadania,
 temu zimno będzie.
 Nam jest ciepło od chuchania,
 chociaż zima wszędzie.

W miejscach oznaczonych cyframi dzieci wykonują głęboki wdech buzią, a następnie mocno i długo chuchają: na zmarznięte dłonie (1), po kolei na każdy palec u rąk (2), na nos kolegi (3).

➤ *Ziewanie*

Ćwiczenie oddechowe

- pogłębianie oddechu
- wydłużanie fazy wydechowej
- pobudzanie przepony
- utrwalanie nawyku mówienia na wydechu

Ćwiczenie usprawniające narządy mowy

- usprawnianie warg
- usprawnianie żuchwy
- usprawnianie podniebienia miękkiego

Wiersz służy do ćwiczeń pobudzających do pracy przeponę i wydłużających fazę wydechową. Bardzo szerokie otwieranie buzi usprawnia wargi, żuchwę i podniebienie miękkie.

Lew zwyczaję swoje miewa,
 gdy się budzi, głośno ziewa:

- Aaa...*

Gdy jest senna też pantera,
do ziewania pysk otwiera:

- Aaa...*

A i niedźwiedź szarobury
ziewa, ostrząc swe pazury:

- Aaa...*

Kotek Mruczek tuż przed spaniem
też zajmuje się ziewaniem:

- Aaa...*

Hipopotam paszczę szerzy,
ziewa tak, jak się należy.

-Aaa...*

W którą tylko stronę spojrzysz
ziewających wszędzie dojrzysz!

-Aaa...*

Dzieci wiedzą: To ziewanie
zawsze nam zwiastuje spanie.

Same dzieci też ziewają,
gdy na spanie chętkę mają:

- Aaa...*

W miejscach oznaczonych gwiazdką (*) dzieci naśladują postacie występujące w wierszu - przeciągają się oraz głośno, szeroko i swobodnie ziewają, wypowiadając na długim wydechu: Aaa...

➤ *Śmiecholandia*

Ćwiczenie oddechowe

- wydłużanie fazy wydechowej
- pobudzanie przepony
- utrwalanie nawyku mówienia na wydechu

Ćwiczenie usprawniające narządy mowy

- usprawnianie warg
- usprawnianie podniebienia miękkiego

Wiersz służy przede wszystkim do ćwiczeń pobudzających do pracy przeponę. Dzieci naśladując śmiech postaci występujących w wierszu, usprawniają także wargi oraz podniebienie miękkie.

W Śmiecholandii - państwie małym,
słynnym w świecie prawie całym,
ludzie śmieją się tu wszyscy:
obcy, krewni, dalsi, bliscy.

Śmieją się panowie w kapeluszach na głowie:

-Ho, ho, ho...¹

śmieją się panie - grube jak banie:

- Ha, ha, ha...²

Śmieją się chłopcy - mali bigbitowcy:

- Ha, ha, ha...³

Śmieją się dziewczynki - piękne jak malinki:

-Hi,hi,hi...⁴

Śmieje się staruszka wprost do twego uszka:

-He, he, he...⁵

Wszędzie słycać śmiech wesoły,
w sklepie, w biurze, wokół szkoły,
w banku, w barze i w taksówce,
w kinie, w szkole na klasówce.

Śmieją się panowie w kapeluszach na głowie:

-Ho, ho, ho...¹

Śmieją się panie - grube jak banie:

- Ha, ha, ha...²

Śmieją się chłopcy - mali bigbitowcy:

- Ha, ha, ha...³

Śmieją się dziewczynki - piękne jak malinki:

-Hi,hi,hi...⁴

Śmieje się staruszka wprost do twego uszka:

-He, he, he...⁵

Śmiech rozlega się wokoło,
wszędzie w kraju jest wesoło,
tak się głośno śmieją wszyscy,
krewni dalsi oraz bliscy.

W Śmiecholandii tak dzień cały
różne śmiechy rozbrzmiewały,
ludzie tu weseli byli,
wciąż ze śmiechem sobie żyli.

W miejscach oznaczonych cyfrą dzieci nabierają buzią dużo powietrza i jak najdłużej na jednym wydechu naśladowują: śmiech męski - tubalny, rubaszny (1) śmiech kobiecy - jasny (2), śmiech chłopięcy - wesoły, hałaśliwy (3), śmieci" dziewczęcy - piskliwy, chichotliwy (4), śmiech staruszki (5).

➤ *Mniam, mniam*

Ćwiczenie oddechowe

- utrwalanie nawyku mówienia na wydechu

Ćwiczenie fonacyjne

- włączenie rezonansu nosowego

Wiersz można wykorzystać przede wszystkich do ćwiczeń fonacyjnych. Przedłużona wymowa głosek nosowych *m* i *n* powoduje włączenie rezonansu nosowego i przyczynia się do właściwego ustawienia głosu.

Na śniadanie mleczko mam.

- Mniam, mniam.*

A do mleczka płatki dam.

- Mniam, mniam.*

Zjem śniadanko pyszne sam.

- Mniam, mniam.*

Po nim dużo siły mam.

- Mniam, mniam.*

Na obiadek zupkę mam.

- Mniam, mniam.*

Całą zupę zjem wnet sam.

- Mniam, mniam.*
Potem pyszny deser mam.
- Mniam, mniam.*
Na kolację kaszkę mam. .
- Mniam, mniam.*
Dżemu do niej trochę dam.
- Mniam, mniam. *
Kaszkę szybko zjadam sam.
- Mniam, mniam.*
Może trochę kotu dam.
- Mniam, mniam.*
Jeszcze torcik zjadam sam.
- Mniam, mniam.*
Potem dziwne sny ja mam.
- Mniam, mniam.*
Śnię, że wszystko zjadam sam.
- Mniam, mniam.*
Duży brzusek we śnie mam.
- Mniam, mniam.*
U lekarza byłem sam.
- Mniam, mniam.*
Na łakomstwo leki mam.
- Oj, nie mniam!*

W miejscach oznaczonych gwiazdką (*) dzieci powtarzają za prowadzącym *Mniam, mniam*.
Głoska *m* powinna być wypowiedziana nieco dłużej niż zwykle.

➤ *Zwinne języczki*

Ćwiczenie usprawniające narządy mowy

- usprawnianie języka

Wiersz służy do ćwiczeń usprawniających język.

Pomoce: lusterka

Pięknie ćwiczą gimnastyczki,

podziwiają je języczki.

Zwinne chcą być tak jak one,

chcą być pięknie wyszkolone.

Języczki - wędrowniczki

naśladują gimnastyczki.

W górę, na dół, w lewo, w prawo,
ćwiczą wszystkie szybko, żwawo.¹

Jeśli język zwinny masz,
to ćwicz dalej, radę dasz.

Język rusza się na boki,
raz jest wąski, raz szeroki.²

Skłony będą trenowały,
duży, średni oraz mały.³

W górę, na dół, w lewo, w prawo,
ćwiczą wszystkie szybko, żwawo.¹

Jeśli język zwinny masz,
to ćwicz dalej, radę dasz.
Język rusza się na boki,
raz jest wąski, raz szeroki.³
Marzy im się olimpiada,
każdy pokłon buzi składa.³
W górę, na dół, w lewo, w prawo,
ćwiczą wszystkie szybko, żwawo¹
Jeśli język zwinny masz,
to ćwicz dalej, radę dasz.
Język rusza się na boki,
raz jest wąski, raz szeroki.²
Skłonów kilka zrobią jeszcze,
bardzo sprawne będą wreszcie.³
W górę, na dół, w lewo, w prawo,
ćwiczą wszystkie szybko, żwawo.¹
Jeśli język zwinny masz,
to ćwicz dalej, radę dasz:
język rusza się na boki,
raz jest wąski, raz szeroki.²

Dzieci, trzymając w rękę lusterka, wykonują następujące ćwiczenia: (1) unoszą język do góry i opuszczają go na brodę; otwierając szeroko buzię, przesuwiają językiem w płaszczyźnie poziomej od jednego do drugiego kącika ust - z jak największym wysunięciem na boki; (2) wysuwają z buzi raz szeroki, raz wąski język; (3) „robią skłony” - kilkakrotnie wysuwają język na brodę.

➤ **Psss...**

Ćwiczenie oddechowe

- wydłużanie fazy wydechowej
- utrwalanie nawyku mówienia na wydechu

Ćwiczenie fonacyjne

- różnicowanie natężenia głosu

Ćwiczenie duchowe

- kształtowanie słuchu mownego

Ćwiczenie usprawniające narządy mowy

- usprawnianie warg
- usprawnianie czubka języka

Ćwiczenie artykulacyjne

- utrwalanie prawidłowej wymowy głoski s

Wiersz można wykorzystać do ćwiczeń oddechowych, fonacyjnych, oddechowych, usprawniających narządy mowy. Wielokrotne naśladowanie syczenia (dźwięku wydawanego przez przeciskające się przez szczelinę powietrze) kształtuje umiejętność wydłużania fazy wydechowej podczas mówienia, stosowania różnej siły głosu, uwrażliwia słuch oraz usprawnia wargi i czubek języka, utrwała również prawidłową wymowę głoski s.

Pomoce: zabawki napełniane powietrzem (baloniki, piłki itp.)

Bawi się Anetka
małym balonikiem.

- Psss... - a tu powietrze,
gdzieś ucieka z sykiem.
- Psss... / psss... / psss...
- Psss... / psss... / psss...*

Napompował Oluś
gumowy materac,
lecz nie wcisnął korka.
I co będzie teraz?

- Psss... / psss... / psss...
- Psss... / psss... / psss...*

Jedzie na rowerze
gruba Weronika.
- Psss... - z jednego koła
powietrze jej znika.

-Psss.../psss... /psss...
- Psss... / psss... / psss...*

Przejechał samochód
Tadzia mechanika.

I z kół jego auta
powietrze też znika:
- Psss... / psss... / psss...
- Psss... / psss... / psss...*

Na zawodach balon
wzbija się do góry,
nagle prąd powietrza
wylatuje z dziury:

- Psss... / psss... / psss...
- Psss... / psss... / psss...*

Z powietrzem tak bywa:
gdy dziurę znajduje,
to bez pozwolenia
z sykiem wylatuje!

- Psss... / psss... / psss...
- Psss... / psss... / psss... *

W miejscach oznaczonych gwiazdką (*) dzieci naśladowują syczenie przeciskając przez szczelinę powietrze - wypowiadają jak najdłużej na jednym wydechu: *Psss... psss... psss...* Zaczynają syczeć głośno, kończą - cicho. Pojedynczą kreską (/) oznaczono przerwę na nabranie powietrza.

Literatura:

Cieszyńska J., Korendo M. (2007): „Wczesna interwencja terapeutyczna”, Wydawnictwo Edukacyjne, Kraków

Kielin J. (2009): „Rozwój daje radość”, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk
Wyd. II

Kwiatkowska M.(1997): „Dzieci głęboko niezrozumiałe”, Oficyna Literatów i Dziennikarzy „Pod wiatr” , Warszawa

Minczakiewicz E.M. (2001): „Jak pomóc w rozwoju dziecka z Zespołem Downa”, Wydawnictwo Naukowe AP, Kraków

Minczakiewicz E.M. (2006): „Jak krok po kroku wprowadzać dzieci o specjalnych potrzebach edukacyjnych w świat zabawy i nauki”, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków

Skorek E.M. (2006): „100 tekstów do ćwiczeń logopedycznych”, Wydawnictwo Harmonia, Gdańsk