

## Rozwój mowy ze szczególnym uwzględnieniem okresu przedszkolnego:

0-1 r. ż.	Okres melodii	
1-2 r. ż.	Okres wyrazu	Dziecko wymawia samogłoski: a, o, e, i, u, Pojawiają się głoski: m, p, pi, b, t, d, n, ń, k, ki, ś, ć, czasami także ź i dź,
2-3 r. ż.	Okres zdania	Dziecko powinno już wypowiadać głoski: p, b, m, pi, bi, mi, w, f, wi, fi, ś, ź, ć, dź, ń, ki, gi, k, g, ch, t, d, n, l, Pod koniec tego okresu mogą się już pojawić głoski: s, z, c, dz,
3-7 r. ż.	Okres swoistej mowy dziecięcej: około 4 r.ż. między 4- 5 r. ż.	utrwalają się głoski s, z, c, dz, pojawiają się głoski: r, sz, ź, cz, dź

**Pamiętajmy jednak, że każde dziecko rozwija się w swoim własnym tempie! Niewielkie odchylenia od danych zamieszczonych w tabeli, nie muszą świadczyć o problemach w rozwoju mowy. Wszelkie wątpliwości można skonsultować z logopedą.**

## Jak można wspomagać rozwój mowy u dziecka:

1. Mówmy do dziecka, już od pierwszych dni jego życia; dużo i spokojnie. Nie podnośmy głosu zwracając się do niego.
2. Nasze wypowiedzi powinny być poprawne językowo, budujmy krótkie zdania, używajmy prostych zwrotów, modulujmy głos.
3. Mówmy dziecku, co przy nim robimy, co dzieje się wokół niego. Niech mowa towarzyszy spacerom, zakupom, pracom domowym.
4. Mówmy do dziecka zwracając uwagę, aby widziało naszą twarz – będzie miało okazję do obserwacji pracy narządów mowy.
5. Oglądajmy z dzieckiem obrazki: nazywajmy przedmioty i opisujmy sytuacje prostymi zdaniami.
6. Opowiadajmy i czytajmy dziecku bajki, wierszyki, wyliczanki. Uczmy krótkich wierszy na pamięć.
7. Odpowiadajmy na pytania dziecka cierpliwie i wyczerpująco.
8. Śpiewajmy z dzieckiem. Jest to ćwiczenie językowe, rytmiczne, a zarazem terapeutyczne.
9. Rysujemy z dzieckiem i opowiadajmy o tym co robimy. Zachęcamy dziecko do wypowiedzi podczas rysowania.
10. Wspólnie oglądajmy telewizję, wybierajmy programy właściwe dla wieku dziecka. Komentujemy wydarzenia pojawiające się na ekranie, rozmawiamy na ich temat.
11. Od najmłodszych lat uczymy dbałości o higienę jamy ustnej. Pamiętajmy, aby dziecko nauczyło się gryźć i żuć.
12. Zwracajmy uwagę, aby dziecko oddychało nosem; w przypadku, gdy dziecko oddycha ustami (szczególnie podczas snu), poprośmy pediatrę o ustalenie przyczyny.
13. Starajmy się wprowadzać zabawy dźwiękonaśladowcze . Naśladujemy odgłosy: zwierząt, pojazdów, odgłosów natury itp.
14. Zachęcajmy swoje dziecko do mówienia – **nie zmuszajmy**.
15. Jeżeli dziecko osiągnęło już wiek, w którym powinno daną głoskę wymawiać, a nie robi tego, skonsultujmy się z logopedą.
16. Jeżeli dziecko ma nieprawidłową budowę narządów mowy (rozszczepty warg, podniebienia, wady zgryzu lub uzębienia), koniecznie zapewnijmy mu opiekę lekarza specjalisty, ponieważ wady te są przyczyną zaburzeń mowy.

## Tego nie robimy:

1. Nie podajemy dziecku w wieku przedszkolnym smoczka. Zwracamy uwagę aby dziecko nie ssało palca. Następstwem tych niepożądanych zachowań mogą być wady zgryzu, które prowadzą do wad wymowy, np. wymowa między zębowa.
2. W trakcie rozmowy z dzieckiem unikajmy zdrobnień i spieszczeń. Dostarczając dziecku prawidłowy wzorzec językowy danego słowa.
3. Nie zaniedbujmy choroby uszu, gdyż nie leczone mogą prowadzić do niedosłuchu, a w następstwie do wad wymowy bądź braku mowy czynnej.
4. Nie poprawiamy wymowy dziecka żądając, by kilkakrotnie powtarzało dane słowa. Niech z naszego języka znikną słowa: powtórz ładniej, powiedz lepiej. Wychowanie językowe to nie tresura.
5. Nie zawstydzajmy, nie karzmy dziecka za wadliwą wymowę.
6. Nie wymagajmy od dziecka zbyt wczesnego wymawiania poszczególnych głosek. Dziecko nie przygotowane pod względem sprawności narządów artykulacyjnych, niedostatecznie różnicujące słuchowo dźwięki mowy, a zmuszane do wymawiania zbyt trudnych dla niego głosek, często zaczyna je zniekształcać. W ten sposób przyczyniamy się do powstawania błędnych nawyków artykulacyjnych, trudnych do zlikwidowania.

## Propozycje ćwiczeń usprawniających narządy mowy

### a) ćwiczenia warg

- wymawianie samogłosek : a, o, e, i, u przesadnie artykułując
- wyciąganie zamkniętych ust w lewą potem prawą stronę
- na przemian robimy dzióbka i rozciągamy usta
- nakładanie górnej wargi na dolną i odwrotnie
- cmokanie
- czesanie dolnymi zębami wargi górnej i na odwrót
- parskanie
- gwizdanie
- przrzucanie powietrza z jednego policzka do drugiego
- nabieranie powietrza pod wargę dolną, potem górną
- wciąganie i nadymanie policzków
- granie palcami na wargach

### b) ćwiczenia języka

- oblizywanie warg - usta szeroko otwarte
- wysuwanie języka do przodu, cofanie w głąb jamy ustnej
- dotykanie językiem wargi dolnej i górnej
- wahadełko - kierowanie języka w kąciki ust bez dotykania językiem warg i zębów
- kłaskanie językiem
- mlaskanie
- oblizywanie zębów
- dotykanie czubkiem języka kolejnych zębów,
- przesuwamy czubek języka zygzakiem po podniebieniu,
- wypychanie policzków językiem
- przeciskanie języka między zębami
- krążenie języka w przedsionku jamy ustnej
- układanie języka w rurkę
- formujemy język szeroko i wąsko w jamie ustnej

### c) ćwiczenia podniebienia miękkiego

- ziewanie
- kaszlenie z wysuniętym na zewnątrz językiem
- płukanie gardła
- chrapanie na wdechu i wydechu
- oddychanie wyłącznie przez nos lub wyłącznie przez usta
- wciąganie policzków

### d) ćwiczenia oddechowe

- chłodzenie zupy na talerzu
- zdmuchiwanie kartki papieru z gładkiej powierzchni
- dmuchanie na wiatraczek
- zdmuchiwanie świecy z coraz większej odległości
- dmuchanie na piórka
- puszczanie baniek mydlanych
- wymawianie samogłosek na wydechu.

Opracowała Agnieszka Myszczyżyn