

Opierając się na badaniach oraz doświadczeniu innych logopedów i neurologopedów terapię dzieli się na 3 etapy:

- wstępny (przygotowujący) - złożony z czynności przygotowujących do właściwej pracy logopedycznej. Stanowią go ćwiczenia usprawniające narządy artykulacyjne, ćwiczenia oddechowe, słuchowe i rytmizujące;

- właściwej pracy logopedycznej – sprowadza się do wywołania w izolacji prawidłowej artykulacji głoski;

- automatyzacji głoski – polega na wypracowaniu u pacjenta umiejętności autokontroli i autokorekcji, tak aby mógł on prawidłowo wypowiadać wywołaną głoskę w mowie spontanicznej, i to w każdej sytuacji mówienia, a nie tylko w trakcie ćwiczeń [[1]](#footnote-1).

ROLA ĆWICZEŃ ODDECHOWYCH W TERAPII LOGOPEDYCZNEJ

Ćwiczenia oddechowe są bardzo ważnym elementem. Oddech jest podstawową czynnością fizjologiczną niezbędną do życia i elementarną cząstką związaną z prawidłowym mówieniem.

Jako naturalny odruch, którego ośrodek znajduje się w rdzeniu przedłużonym, wpływa na całościowy rozwój i funkcjonowanie człowieka. Nieodzownie oddziałuje na prawidłowe ukształtowanie oraz motorykę aparatu artykulacyjnego.

Nieprawidłowy tor oddechowy może wpływać i powodować:

* Częste infekcje górnych dróg oddechowych
* Niedostateczne dotlenienie organizmu.
* Wiotkość mięśni warg i policzków i żwaczy (konsekwencja ciągłego rozchylenia ust).
* Zaburzenia płynności mowy.
* Wpływa na wady wymowy np. seplenienie, rotacyzm, międzyzębowość, ponieważ dzieci, które oddychają przez usta często mają problem z pionizacją języka.
* Wady zgryzu.

Jak powinien wyglądać prawidłowy oddech?

Prawidłowe fizjologiczne oddychanie powinno odbywać się przez nos przy zamkniętych ustach. Gdy dziecko oddycha przez nos, przepływające powietrze, jest odpowiednio oczyszczane i nawilżone.

Jak ćwiczyć?

Najbardziej podstawowym ćwiczeniem jest dmuchanie, ale nie oznacza to, ze zawsze jest najłatwiej. Te elementy powinny być dla dzieci dobrą zabawą np.:

* wydmuchiwanie baniek mydlanych
* dmuchanie przez rurkę na skrawki chusteczki/ papieru/ kolorowe piórka lub plamy kolorowych farbek na papierze,
* dmuchanie na wiatraczek, gorącą zupę, herbatę
* tworzymy bąbelkową wodę – przez słomkę wdmuchujemy powietrze do kubeczka z wodą, tworzą się bąbelki. Można dmuchać z różnym natężeniem.
* tańczące kokardki – na końcu nitki przywiązujemy malutkie papierowe kokardki i dmuchamy na nie mocno ( papierek na wprost ust ćwiczącego)
* gwizdanie na gwizdkach, gramy na instrumentach
* mecz ping – pongowy – budujemy z klocków/ pudełek bramkę i rozgrywamy mecz komu uda się wdmuchnąć jak najwięcej razy piłeczkę do bramki (trudniejsza wersja to dmuchanie przez słomkę)
* Co tak pachnie? , czyli odgadywanie po zapachu, przy zasłoniętych oczach, różnych rzeczy: artykułów spożywczych, kosmetyków, roślin

Ważne!

Podczas każdej zabawy pilnujemy, by dziecko nabierało powietrze nosem i wypuszczało ustami. Zawsze najpierw sami zademonstrujmy każde ćwiczenie.



Co powinno niepokoić każdego rodzica?

- brak mowy,

- obniżona ostrość słuchu,

- jąkanie,

- wymowa międzyzębowa (widoczność języka między zębami podczas mowy)

- nieprawidłowy zgryz,

- częste choroby dróg oddechowych (oddychanie przez usta, mówienie przez nos)

- bełkotliwa i niezrozumiała mowa.



1. A. Walencik-Topiłko: *Ćwiczenia wstępne w terapii logopedycznej*, [w]: *Podstawy neurologopedii. Podręcznik akademicki*, red. T. Gałkowski, E. Szeląg, G. Jastrzębowska,Opole 2005, s. 303–328. [↑](#footnote-ref-1)