

„Kłówka, klecik i spółka, czyli prawda o głosce [r]”.

Głoska [r] jest jedną z trudniejszych do wymówienia w języku polskim. Wymaga dużej sprawności języka -dlatego pojawia się u dziecka tak późno. Najpierw , w wieku około 2 lat, dziecko zamiast [r] wymawia [j]. Potem, w okolicy trzecich urodzin, malec mówi [l]. Pełnowartościowe [r] pojawia się na ogół dopiero, gdy dziecko ma pięć lub sześć lat. Aby zabrzmiało prawidłowo , język musi się unieść , a jego czubek dotknąć górnych dziąseł i wykonać dwa lub trzy wibracje. Jednocześnie podniebienie miękkie też się unosi i cofa, by zamknąć przejście do jamy nosowej. To bardzo trudne i stąd dużo u maluchów nieprawidłowości. Niepoprawna wymowa głoski [r], czyli tak zwany rotacyzm może przybierać różne formy i mieć różne przyczyny.

Uzyskanie właściwego brzmienia głoski [r] wymaga często sporo czasu, cierpliwości i wielu regularnych ćwiczeń- przede wszystkim w domu . Wywołaniem głoski powinien się zająć wyłącznie specjalista, ale to na rodzicach spoczywa główny obowiązek utrwalania nowo wywołanego brzmienia . Zanim jednak usłyszymy u naszej pociechy tę jedną z najtrudniejszych w zasobie języka polskiego głoskę-trzeba wykonać wiele ćwiczeń wstępnych, usprawniających narządy mowy –przede wszystkim wargi, podniebienie miękkie , żuchwę , no i najważniejszy -język-zwłaszcza jego czubek .

Poniżej prezentuję kilka ćwiczeń wstępnych przygotowujących narządy mowy do artykulacji głoski [r] , które przyjmują postać zabawy, ponieważ taka właśnie forma powinna być obecna w trakcie terapii z dziećmi.

- 1) **„Guma do żucia”** Wyobraź sobie, że twój język to guma do żucia, jest ona w twoim ulubionym smaku. Spróbuj żuć swój język, tak jak zwykle żujesz gumę balonową.
- 2) Dzisiaj **„Dzień mlaskania”**, a to oznacza, że możesz mlaskać do woli, a mama i tak nie będzie zła. Masz przed sobą swoje ulubione danie, pokaż jak je jesz, nie zapomnij o mlaskaniu. (Możemy wcześniej przygotować okrągłą kartkę, na której dziecko rysuje swoje ulubione danie).
- 3) **„Deser”** Po obiedzie czas na deser, mam dla ciebie coś słodkiego, ale otrzymasz to dopiero po zajęciach, chciałabym jednak sprawdzić czy potrafisz ssać cukierka czubkiem języka.
- 4) **„Wyścigi konne”** Zamieniamy się w konie, jesteśmy na torze wyścigowym i bierzemy udział w zawodach, liczy się wytrzymałość, wygrywa ten, kto dłużej kłaska językiem.

- 5) **„Odpoczynek”** Wyścig był bardzo meczący, a konie się bardzo zmęczyły, dlatego otwieramy teraz lekko buzie, język leży płasko i wykonujemy wdechy i wydechy ustami.
- 6) **„Karmimy konie”** Po odpoczynku czas nakarmić konie, teraz twój język to widły, którymi zbiera się siano dla koni i wrzuca do pojemników. Wysuń szeroki język na dolne zęby, a następnie unieś na górną wargę, pamiętaj, aby język był cały czas szeroki, w przeciwnym razie siano spadnie na ziemię.
- 7) **„Śnieżna chmura”** Jesteś śnieżną chmurą, za chwilę na czubek twojego języka położę skrawki papieru, mają one kształt śnieżynki. Twoim zadaniem jest je zdmuchnąć.
- 8) **„Drukarka”** Twoja buzia to drukarka, a język to papier. Spróbuj wysunąć język z buzi, przeciskając go przez zbliżone do siebie zęby
- 9) **„Pieczątki”** Teraz twój język będzie stawiał pieczątki na kopertach. Twoje zęby to koperty. Koperty są ułożone na dwóch półkach; górnej i dolnej. Dotykaj językiem każdego zęba osobno, zarówno u góry jak i na dole.3. „Piłeczka” - zamknijcie usta, prowadźcie język po prawym policzku do góry i do dołu, analogicznie po lewym policzku. Następnie zróbcie trzy kółka językiem wokół ust. Pamiętajcie, żeby wargi były cały czas złączone, a język prowadzony wewnątrz jamy ustnej. Podczas tego ćwiczenia koniecznie oddychajcie nosem.
- 10) **„Malowanie gwiazd”** - czubkiem języka dotykajcie różnych miejsc na podniebieniu.
- 11) **„Malowanie sufitu”** - dotknijcie językiem do podniebienia i prowadźcie go wzdłuż podniebienia twardego do miękkiego, czyli od zębów do gardła.
- 12). **„Mycie zębów”** językiem od strony zewnętrznej i wewnętrznej. Przy tym ćwiczeniu możecie mieć otwarte usta.!
- 13) **„Język na gumce”** - język przyklejcie do podniebienia, jednocześnie opuszczając żuchwę (dolną szczękę). Nie pozwólcie, by język odkleił się od podniebienia. To ćwiczenie rozciąga wędzidełko.
- 14). **„Woźnica”** – kłaskajcie i cmokajcie na przemian.
- 15). **„Motylek”** - czubek języka oprzyjcie o górne jedyńki, natomiast boki języka spróbujcie podciągać do górnych zębów trzonowych. Jeśli Wam się uda, boki języka zaczną falować, jak skrzydła u motyla.
- 16). **„Koszyczek”** - zwińcie język do środka buzi. Musi on być dosyć szeroki, by udało się utworzyć z niego rodzaj koszyczka. Możecie sobie pomóc małymi cukierkami i z języka zrobić „łyżeczkę”, która utrzyma cukierek w dole języka i nie spowoduje jego połknięcia.