

Kilka wskazówek na temat tego, co możemy zrobić, aby wesprzeć rozwój mowy dziecka.

Mowa jest dźwiękowym porozumiewaniem się ludzi, uczymy się jej. Nauka rozpoczyna się od chwili przyjścia dziecka na świat a im wcześniej zacznemy stymulować jej rozwój tym więcej osiągniemy. Pierwsze lata życia stanowią fundament dla całego przyszłego funkcjonowania. Należy jednak pamiętać, aby nie przesadzić, gdyż nadmiar informacji i sztuczna stymulacja sprawia, że dziecko coraz mniej rozumie i szybko się nudzi. Dlatego tak ważne są różne oddziaływania, które my dorośli możemy zaproponować naszym dzieciom biorąc pod uwagę ich osobniczy rozwój.

Już w pierwszych dniach po przyjściu dziecka na świat możemy rozpocząć pierwszą formę ćwiczeń, która w naturalny sposób wspiera rozwój mowy, ponieważ już od pierwszych dni usprawnia aparat mowy dziecka a jest tym ćwiczeniem karmienie piersią. Kontynuacją tych ćwiczeń będzie przechodzenie w następnych miesiącach i latach życia dziecka na kolejne etapy związane z przyjmowaniem pokarmów i płynów przez dziecko tzn. nauka picia z kubeczka, nauka pobierania jedzenia z łyżeczki oraz samodzielne picie i jedzenie, odgryzanie, żucie, gryzienie i połykanie pokarmów wraz z doskonaleniem tych funkcji. Znaczenie ma również konsystencja pokarmu, jaki spożywa dziecko. Należy zwracać uwagę, aby wraz z wiekiem dziecka, (gdy wyrastają pierwsze ząbki) zmieniła się jego dieta z płynnej, półpłynnej, papkowatej na twardszą, tak, aby dziecko miało możliwość odgryzania kawałków, formowania kęsów, przeżuwania ich. Oddziaływania te nie tylko są formą ćwiczeń usprawniających aparat artykulacyjny dziecka w tym tak ważnej dla późniejszej artykulacji sprawności mięśnia języka, ale mają również pozytywny wpływ na prawidłowe kształtowanie się uzębienia, zgryzu, budowę jamy ustnej oraz kształtowanie się prawidłowych funkcji fizjologicznych organizmu takich jak oddychanie i połykanie. Mają one na celu zapobiegnięcie wadom zgryzu, wadom wymowy, nieprawidłowościom w rozwoju uzębienia oraz powstaniu nieprawidłowego typu połykania (z językiem płasko leżącym na dnie jamy ustnej lub też w wałach dziąsłowych a potem między ząbkami) oraz nieprawidłowemu typowi oddychania w czasie spoczynku (z otwartymi ustami).

Ważne jest, również wczesne zrezygnowanie ze stosowania butelek ze smoczkiem, kubeczków „niekapków” oraz smoczków tzw. uspokajaczy. Należy również zwracać uwagę czy dziecko nie ma tendencji do ssania palca lub dłoni,

wewnętrznej strony warg lub policzków, ale również kocyka, ceratki, zabawki, itp. Mają one negatywny wpływ na proces pionizacji języka, rozrost szczęki i podniebienia, co w efekcie prowadzi do wad artykulacyjnych, nieprawidłowego typu połykania i oddychania. Dodatkowo należy pamiętać, iż ssanie paluszka prowadzi do jego deformacji. Jeśli zaś chodzi o używanie do picia słomek, rurek to są one dopuszczalne, ale jednak nie może to być jedyna forma, z jakiej dziecko korzysta, aby wypić płyn. Należy też wspomnieć o dopajaniu nocnym dzieci słodkimi płynami np. sokiem, kakałkiem itp, gdyż ta forma płynów wpływa negatywnie na rozwój uzębienia i prowadzi do próchnicy, (ale również do nadmiernego i długotrwałego moczenia się nocnego). Jeśli jednak zachodzi potrzeba pojenia nocnego to wybierajmy wodę lub myjmy wały dziąsłowe czy też zęby dziecku po spożytym płynie.

Kolejnym czynnikiem równie ważnym jest dbanie o higienę i częste oczyszczanie nosa z wydzieliny, co ułatwi dziecku, prawidłowe oddychanie i pobieranie powietrza. Powietrze przechodząc przez nos jest oczyszczane i ogrzewane a przechodząc przez usta jest pobierane bezpośrednio i jest zimne, co może mieć dodatkowy wpływ na rozwijanie się infekcji w jamie ustnej a w dalszej kolejności może również prowadzić do rozrostu migdałków podniebiennych. Dbając o higienę nosa zapobiegamy powstaniu nawyku nieprawidłowego oddychania przez usta, które sprzyja osłabianiu mięśnia języka oraz mięśnia okrężnego warg i wpływa na łatwe rozwijanie się infekcji. Należy uczyć dziecko oczyszczania nosa (3 latek już potrafi samodzielnie wydmuchać nosek). Jeśli infekcje z katarą pojawiają się często, warto znaleźć ich przyczynę konsultując się z lekarzem np. laryngologiem lub alergologiem, foniatrą. Należy również zauważyć, że lekarz laryngolog podczas badania może ocenić czy budowa nosa jest prawidłowa, czy nie ma skrzywienia przegrody nosowej lub polipów lub przerostu migdałków, co również prowadzi do utrwalania się nieprawidłowego sposobu oddychania, czyli oddychania przez otwarte usta, co może prowadzić do zwiótnienia mięśnia języka i warg i do powstawania wad wymowy i nieprawidłowego rozrostu zębów i szczęk, ale również do krótkich stanów niedotlenienia i ciągłego zmęczenia u dziecka a tym samym do zmniejszenia jego możliwości rozwoju intelektualnego.

Zawsze należy zapytać lekarza specjalistę o potrzebę zbadania słuchu, szczególnie w przypadku, gdy dziecko nie reaguje na aktywność słowną otoczenia, ma nawracające infekcje górnych dróg oddechowych, uszu, przerost trzeciego

migdałka, migdałków lub zawsze, gdy sposób słyszenia przez dziecko staje się zauważalnie inny niż dotychczas np. dziecko skarży się, że nie słyszy bajki oglądanej w telewizorze a dotychczas nie zgłaszało takiego problemu lub odwrotnie prosi, aby zrobić głośniej.

Jeśli dziecko ma nieprawidłową budowę narządów mowy (zgryz, stan uzębienia, próchnicę, skrócone wędzidełko języka, przyrośnięte wędzidełko języka lub warg, rozszczepy podniebienia, choroby więzadeł głosowych – chrypka, nieprawidłowa budowa krtani, zbyt niski głos, piskliwy z widocznym napięciem szyi podczas mówienia), należy się bezwzględnie skonsultować się z ortodontą lub stomatologiem czy chirurgiem, foniatrą lub też endokrynologiem.

Jeśli dziecko ma niską sprawność aparatu artykulacyjnego to należy usprawniać tenże aparat poprzez różnego rodzaju ćwiczenia warg, języka, policzków, podniebienia, które może zaproponować logopeda.

Należy również zwracać uwagę czy dziecko nie ma nadwrażliwości w obrębie jamy ustnej, o czym mogą, (choć nie muszą) świadczyć następujące sytuacje: podczas wizyty u lekarza, gdy dziecko otwiera usta lub lekarz dotyka szpatułką podczas badania i zauważamy, że ma odruch wymiotny, wybiera tylko jedzenie w postaci „papki” a odrzuca pokarmy twarde, lub odwrotnie ma odruch wymiotny, gdy ma przełknąć pokarm papkowaty lub o konsystencji kisielu, je bardzo długo, przetrzymuje pokarm w ustach, dławi się, ma odruch wymiotny podczas jedzenia czy też przełykania pokarmu. Można to również sprawdzić dotykając palcem w różne części jamy ustnej i obserwować czy występuje odruch wymiotny. Jeśli stwierdzimy nadwrażliwość jamy ustnej możemy poprzez masaże, które zaleci logopeda lub terapeuta integracji sensorycznej odwrażliwiać jamę ustną.

Kolejnym istotnym elementem jest narząd wzroku. U małych dzieci bywa, że trudno jest zauważyć problemy z widzeniem. Ale jeżeli przykładowo dziecko nie dostrzega przedmiotów, podchodzi zbyt blisko do telewizora, niechętnie rysuje, koloruje, to trzeba mieć na uwadze, że może być to sygnałem problemów ze wzrokiem. Do tego mogą dochodzić bóle głowy. W wieku szkolnym sytuacja jest prostsza, bo dziecko zwykle sygnalizuje problemy. Objawami mogą być bóle głowy, bóle oczu, niestaranne pisanie, wychodzenie poza linię, szybkie męczenie się przy czytaniu i pisaniu. Dlatego zawsze, gdy zachodzą przesłanki, że dziecko może nieprawidłowo widzieć należy udać się do specjalisty i skontrolować czy dziecko prawidłowo widzi, czy prawidłowo pracują mięśnie oka.

Bardzo ważne jest zarówno mówienie do dziecka od najmłodszych lat jak i reagowanie na dźwięki przez dziecko produkowane, poprzez naśladowanie ich. Dziecko jest świetnym obserwatorem, pochłaniającym świat wszystkimi zmysłami. Dziecko słucha nas z uwagą, obserwuje naszą twarz i wykonywane czynności. Droga do mówienia wiedzie od słuchania. Dziecko dąży do uzyskania tych dźwięków (w sensie realizacji), które słyszy. Samodzielnie dochodzi do tego, jakie ruchy wykonywać, aby taki czy inny dźwięk uzyskać. Dlatego bawmy się z dzieckiem, w śpiewanie *aaa*, mruczenie *mmmm*, czasem przesadne mówienie *ma-ma*, *la-la*, (dziecko widzi, że do każdej głoski inaczej układamy usta, język), możemy mówić *fa - fa* jednocześnie trzymając dłoń dziecka przed naszymi ustami, (to pozwoli dziecku odczuć strumień powietrza podczas wymowy tych dźwięków), możemy mówić *ba*, *pa* i trzymać rączkę dziecka na naszej szyi na wysokości krtani lub na klatce piersiowej, (co pozwoli na odczucie drgań podczas wymowy tych dźwięków). Pokazujemy książeczki z obrazkami zwierząt, nazywajmy je i naśladujmy ich odgłosy, przez co usprawniamy aparat artykulacyjny dziecka i uwrażliwiamy je słuchowo. Przykładowo pokazujemy dziecku obrazek konia: to jest koń, koń – parska: parskanie wargami, koń rży: *iha-ha-ha*, koń stuka kopytami: kląskamy językiem; obrazek kota: to jest kot, kot mruczy: *mmmm*, kot miauczy: *miau-miau*, kot pije mleko: wykonujemy ruchy językiem od dołu do góry, kot oblizuje pyszczek po wypiciu mleka: oblizujemy wargi dookoła od lewej do prawej strony, kot oblizuje łapki: podnosimy język do góry. Inne przykłady: to jest pies, pies szczeka: *hau-hau*, to jest kura, kura gdacze: *ko-ko-ko*, to jest kogut, kogut pieje: *kukurykuu*, to jest ryba, ryba rusza pyszczkiem: naśladowanie ruchów pyszczka rybki – szerokie otwieranie ust i zamykanie itp. Należy pamiętać, aby używać wyrażen dźwiękonaśladowczych w stały sposób, czyli jeśli już naśladujemy dźwięk spadającego przedmiotu, używamy wyrażenia np. „*buch*” i tak zawsze, kiedy ten dźwięk naśladujemy. Unikajmy, więc wymawiania przykładowo raz „*buch*”, innym razem „*bęc*”.

Podczas czynności dnia codziennego opowiadajmy dziecku o otaczającym je świecie, o tym, co aktualnie robimy (jest to tak zwana „kąpiel słowna”). Uważajmy jednak, by nie „zagadać” dziecka; dajmy mu posłuchać, odpowiedzieć robiąc przerwy w mówieniu. Mówmy do dziecka poprawną polszczyzną, starajmy się ograniczać mowę pieszczotliwą, używajmy krótkich komunikatów, ale pamiętajmy, aby zwracać się do dziecka zgodnie z jego wiekiem i doświadczeniami życiowymi, tak, aby nie stosować języka niezrozumiałego dla dziecka i dziecku jeszcze na danym etapie

rozwoju nieznanego (jakbyśmy cytowali encyklopedię lub słownik języka polskiego lub słowa z odległej przyszłości dziecka). Nie zapominajmy używać prawidłowych form zaimków osobowych, stosujmy w naszych wypowiedziach formę (ja) piję, jadę, myję, (on) pije, jedzie, myje, (oni) piją, jadą, myją. Mówienie przez dziecko o sobie w 3 osobie jest naturalnym etapem rozwoju mowy dziecka, który może się utrzymywać do około 3 roku życia. Po tym czasie powinna już pojawić się właściwa forma, czyli dziecko powinno zacząć mówić o sobie „ja”. Dlatego to niezwykle ważne, by miało styczność z poprawnym językiem. Używanie odpowiednich form ma sens także z psychologicznego punktu widzenia, ponieważ pomaga budować tożsamość i odrębność dziecka. Jeśli okres ten przedłuża się może być to związane z opóźnionym rozwojem mowy u dziecka. Przede wszystkim to nie czas na zamartwianie się, ale na działanie. Nie powinniśmy poprawiać dziecka, ale pracować nad tym, aby poprawna forma wypowiedzi w końcu się pojawiła. Jednak, gdy taka sytuacja będzie się utrzymywać dłużej, niezbędna może okazać się konsultacja z logopedą, pedagogiem lub psychologiem, który ustali przyczyny i stworzy indywidualny plan terapii. Należy również zwracać uwagę na prawidłowe stosowanie wypowiedzi zgodnie z płcią dziecka, np. „śpiewałam” (powie dziewczynka), „budowałam” (powie chłopiec). Czasem bywa tak, że jeśli chłopiec więcej czasu przebywa z mamą to naśladowując po niej mowę będzie mówił o sobie np. zrobiłam, kupiłam. Trzeba wtedy cierpliwie podawać dziecku prawidłową formę. Nazywajmy osoby, rzeczy, zwierzęta, przedmioty, kolory, kształty, jedzenie, pojazdy, czynności, emocje, części, z których składają się przedmioty, wydarzenia, części twarzy i ciała, zwracając również uwagę na sformułowania typu: góra, dół, przód, tył, (w starszym wieku dopiero: lewa, prawa) oraz na ich parzystość (noga-noga-nogi, ręka-ręka-ręce, oko-oko-oczy, ucho-ucho-uszy, nos, usta, włosy, głowa, szyja, brzuch). Znajomość schematu własnego ciała oraz użycie zaimka osobowego „ja” ma bardzo ważne znaczenie w rozwoju osobowości dziecka.

Bardzo ważną rolę spełnia czytanie dziecku np. bajek, wierszy, rymowanek, opowiadań, historyjek. Czytanie jest wskazane codziennie. Równie ważne znaczenie ma tworzenie opowiadań na podstawie ilustracji w książkach czy też własnymi słowami. Wybierajmy proste książki, w których jest dużo nieskomplikowanych obrazków. Pozwólmy dziecku przewracać strony. Czytając czy opowiadając dziecku bajkę, czy interpretując scenkę przedstawioną na obrazku starajmy się mówić prostymi, krótkimi zdaniem, używajmy wyrażen dźwiękonaśladowczych (tu

pamiętajmy, aby, nazywać przedmiot czy zwierzę i określić, jaki dźwięk wydaje np. *kot miauczy „miau miau”, pies szczeka „hau hau”, wiertarka robi „wrr wrr*. Nazywajmy osoby, części ciała, części twarzy, rzeczy, części, z których się składają, zwierzęta, kolory, kształty, zwracajmy uwagę, że czegoś jest mniej, a czegoś więcej, zwracajmy uwagę na różnice, stany emocjonalne, sytuacje, w jakich się osoba czy zwierzę znajduje. Czytając, stosujemy odpowiednią do treści intonację i modulację głosem, nadajmy czytalanemu czy też opowiadanemu tekstowi – treść i charakter emocjonalny, jeśli tego wymaga. Zadawajmy dziecku na koniec proste pytania, np. *„Gdzie kot?”*, lub *„Pokaż, gdzie kot?”* lub pokazując na kota *„A co tu jest?”*. Dziecko może odpowiedzieć „po swojemu”, a my mówimy: *„Tak, to jest kot”, „kot”* a więc zawsze powinniśmy podawać prawidłowy wzorzec wymowy. Pamiętajmy, że czytając dziecku od najwcześniejszych lat, dajemy mu szansę na usłyszenie nowych słów, zapamiętanie ich, i zrozumienie, a w przyszłości na ich przeczytanie i zapisanie. Czytając dziecku kształtujemy w nim samym chęć do czytania samodzielnego w przyszłości.

Ciekawą formą rozwijania mowy dziecka są zabawy tematyczne, np. zabawa w sklep, we fryzjera oraz zabawa w teatrzyk, podczas, których dziecko rozwija dialog, rozumienie kierowanych do niego pytań, umiejętność zadawania pytań, czyli rozumienie i nadawanie wypowiedzi, ponadto wzbogaca słownik, uczy się zachowania społecznego i komunikacyjnego w danej sytuacji.

W dzisiejszych czasach w dobie wszechobecnych mediów, telefonów, tabletów, telewizorów, komputerów i innych tego typu sprzętów zanika potrzeba, a co za tym idzie umiejętność najzwyczajszej rozmowy i dlatego trzeba dbać, aby te czasy współczesne tego dzieciom i nam dorosłym nie odebrały. Rozmawiajmy z naszymi dziećmi jak najwięcej.

Bardzo ciekawą propozycją już od najmłodszych lat jest zabawa w dmuchanie, zdmuchiwanie. Początkowo może to być dmuchanie na włoski dziecka tak, aby zdmuchnąć je z czoła, a z czasem zabawy w dmuchanie na piórko lub zdmuchiwanie piórka czy innego lekkiego elementu jak wata, kawałek chusteczki, kartki papieru, dmuchanie baniek mydlanych, zabawa w balonik, z którego ucieka powietrze lub balonik pęka: nabieranie powietrza w policzki i powolne go wypuszczanie lub delikatne naciskanie na policzki i uwalnianie powietrza (uwzględniając zachowanie schematu: powietrze nabieramy nosem, a wydychamy ustami ułożonymi na kształt koła).

Ograniczajmy oglądanie bajek w telewizji. Można zaproponować odsłuchanie bajki z audiobook'a. Jeśli już dziecko ogląda bajki, starajmy się być przy tym obecni, tak, aby po jej zakończeniu móc porozmawiać o fabule, zadać pytania, tym samym wzbogacając słownik dziecka i rozwijając dialog, rozmowę na dany temat, można zaznaczyć kolejność wydarzeń, określić przyczynę i skutek.

Ograniczajmy korzystanie z komputerów, tableatów, telefonów itp.

Pracujmy nad rozwijaniem wyobraźni, uwagi, pamięci, koncentracji, percepcji wzrokowej i słuchowej, koordynacji wzrokowo-słuchowo-ruchowej, analizy i syntezy wzrokowej poprzez np. czytanie bajek i rozmawianie na ich temat, słuchanie bajek, wspólne uczenie się na pamięć krótkich wierszyków, wyliczanek czy piosenek, układanie łatwych choreografii tanecznych, rozwiązywanie wszelkiego rodzaju labiryntów, łączenie kropek czy przedmiotów z ich cieniami, rysowanie i malowanie, konkursy sportowe, gry, układanki, memo, poszukiwanie różnic na obrazkach, łączenie w pary, dopasowywanie brakujących elementów, łączenie elementów w całość, dopasowywanie elementu po kształcie, układanie ciągów obrazków według wzoru, dokładanie obrazka lub konkretnego wg wzoru, dokładanie brakujących elementów do całości, wyszukiwanie w ciągu obrazków lub też konkretnych tego, co nie pasuje, puzzle, dokończenie ułożonych szlaczków np. obrazek miś, kot, miś,? i tu należy dokończyć, czyli położyć obrazek: kot, itd.

Nie wyręczajmy dziecka wypowiadając się za nie. Pamiętajmy, że jeżeli dziecko nie mówi, nie oznacza to, że niczego nie rozumie. Dziecko najpierw uczy się rozumieć wypowiedzi innych, następnie uczy się mówić. Zachęcajmy dziecko do wypowiedzi słownych. Zachęcajmy do dialogu z nami, robiąc przerwy w mówieniu, aby dziecko miało szansę odpowiedzieć nawet, jeśli mają być to pierwsze proste dźwięki lub zadawajmy dziecku pytanie i pokazujemy, że na pytanie udziela się odpowiedzi. Już od około 9 miesięcy życia pracujemy z dzieckiem nad stworzeniem wspólnego pola uwagi, skupiania wzroku dziecka na przedmiotach, które mu pokazujemy, podążaniu przez dziecko wzrokiem za wskazywanym przedmiotem i stosujemy komunikat „tu” wraz ze wskazaniem placem wskazującym dziecka na przedmiot. Zachęcajmy je do bezpośredniego zwracania się do osoby mówiącej w ten sposób kształtujemy tak ważny w rozwoju mowy kontakt wzrokowy z rozmówcą.

Dziecko może powiedzieć „po swojemu”, ale my zawsze powtarzamy po dziecku tę samą treść, ale w poprawnej gramatycznie formie. Jednocześnie miejmy świadomość tego, że nie możemy wymuszać na dziecku mowy. Niedoskonałość

mowy dziecka świadczy o tym, że jeszcze nie wie, jak to zrobić, by powiedzieć dobrze, albo już wie, ale jeszcze nie potrafi. Akceptacja nieudolnych wypowiedzi i prezentacja poprawnych form pozwoli ominąć niebezpieczeństwo zniechęcenia się dziecka do komunikacji słownej.

Nigdy nie krytykujemy mowy dziecka, a już na pewno nie w jego obecności ani w obecności innych dzieci. Nie porównujemy go z rówieśnikami, nie stawiamy innych za przykład pod tym względem (nie mówmy: „jak ty to brzydko mówisz, nie mówi się tak brzydko, kiedy ty się wreszcie tego nauczysz, przecież słyszysz jak mówię, a ty ciągle po swojemu, tyle razy ci już mówiłam”). Uświadamianie, bowiem dziecku, że jego mowa jest dla rodziców problemem i zmartwieniem, że są z niej niezadowoleni, wywoła skutek odwrotny do zamierzonego, a więc zniechęci i zablokuje dziecko.

Zawsze chwalmy dziecko, nie tylko za widoczne osiągnięcia, ale za każde próby i starania, prawidłowe wykonanie ćwiczenia, za nowy wyraz, powtórzenie, opowiadanie. Jednak należy pamiętać, aby ta radość i pochwała nie były dla dziecka zbyt przesadne, gdyż to może prowadzić do zwyczajnego przyzwyczajania się do pochlebstw, które z czasem staną się dla dziecka bezwartościowe, tym samym bezużyteczne lub może spowodować wycofanie się dziecka z chęci do mówienia.

Nie należy wymagać zbyt wczesnego wymawiania poszczególnych głosek. Dziecko nieprzygotowane pod względem sprawności narządów artykulacyjnych, niedostatecznie różnicujące słuchowo dźwięki mowy, a zmuszane do artykulacji zbyt trudnych dla niego głosek, często zaczyna je zniekształcać, wymawiać nieprawidłowo. Tworzymy w ten sposób u dziecka błędne nawyki artykulacyjne trudne do usunięcia.

Ważnym elementem sprzyjającym prawidłowemu rozwojowi mowy jest wspieranie rozwoju motoryki małej, dlatego zwróćmy uwagę na ćwiczenia dłoni i drobne ruchy wykonywane palcami. Zręczność rąk ma związek ze sprawnym artykułowaniem i mówieniem (praca - ruch rąk i ruch narządów artykulacyjnych - mowa - mają w mózgu ten sam ośrodek – wspólny obszar kory mózgowej, odpowiedzialny za planowanie i wykonywanie ruchów dowolnych). Pomagajmy dziecku, np. dopasowywać kształty, ustawiać wieże z kubeczków, nawlekać koraliki, budować wieżę z klocków, budować zarówno w pionie jak i w poziomie, bawmy się piaskiem, błotem, plasteliną, ciastoliną, pozwalajmy na malowanie farbami, malowanie rączkami, rysowanie, wycinanie, wdrażajmy dziecko do wykonywania czynności domowych jak, np. ugniatanie razem z mamą ciasta, mieszanie rączkami

mąki, wspólne sadzenie kwiatków, itp. (uwzględniając informację o alergiach i bezpieczeństwo dziecka). Ważna jest również umiejętność samoobsługi w różnych czynnościach życia codziennego zgodna z wiekiem dziecka.

Ważnym elementem jest także rozwój motoryki dużej (w tym pełzanie, przekręcanie się na boki, przekręcanie się z brzucha na plecy i odwrotnie, siadanie, raczkowanie, chodzenie, wspinanie, wchodzenie i schodzenie ze schodów, bieganie itd) oraz wspieranie tego rozwoju. Dlatego pozwalamy dziecku turlać się, biegać, chodzić po krawężniku, skakać, wspinać się, pokonywać przeszkody, jeździć na rowerze, huśtać się (uwzględniając zachowanie zasad bezpieczeństwa).

Ważnym i ciekawym elementem są wspólne zabawy z rodzicami, rodzeństwem, pozwalające na wzajemne okazywanie, ale i odczytywanie emocji, relacji względem siebie; zabawy, podczas których można się przytulać, głaskać, łaskotać, wspólnie śmiać, bawić w kalambury, „lustro” (jedna osoba wymyśla minę, zadaniem drugiej jest odwzorowanie jej). Dla najmłodszych dzieci taką propozycją będą tzw. zabawy paluszkowe np. „*Kokoszka kaszkę warzyła*”, „*Biegnie myszka do braciszka*” (gdzie łączymy ruch z mową). Inną ważną formą wspierania rozwoju mowy są wspólne rodzinne wyjścia, np. do teatru, do kina, na koncert, na spacer, na imprezy plenerowe, wspólne wyjazdy itp.

Równie istotna jest zabawa z rówieśnikami, np. na placu zabaw, w przedszkolu, co nie tylko pozwala na intensywny rozwój mowy, ale uczy również odnalezienia się przez dziecko w sytuacjach społecznych np., konflikty i ich rozwiązywanie, współistnienie w grupie, współdziałanie w grupie, umiejętność zabawy z rówieśnikami, nauka przegrywania i wygrywania.

Ważnym elementem jest również zabawa dźwiękiem wysłuchanie, powtarzanie, rozpoznawanie czy różnicowanie dźwięku. Mogą być to zabawy typu: zabawa w naśladowanie odgłosów zwierząt, różnego typu śmiechów (śmiech dziecka, osoby dorosłej), słuchanie dźwięków natury (dźwięk strumyka, deszczu, burzy, wiatru), słuchanie odgłosów sprzętów domowych (zegara, odkurzacza, pralki, kapiącej wody), słuchanie dźwięków pojazdów (samochodu, motocykla, helikoptera), rozpoznawanie dźwięków natury, sprzętów domowych czy pojazdów przy wykorzystaniu nagrań na płytach CD. Zabawa w nasłuchiwanie odgłosów z otoczenia i nazywanie ich, – co słyszymy, zabawa instrumentami muzycznymi np. granie na instrumentach, gramy głośno/cicho, wolno/szybko, długo/krótco; podajemy jakiś rytm do powtórzenia, zgadujemy, na jakim instrumencie gra druga osoba, poszukujemy

źródła dźwięku, gramy na przedmiotach znajdujących się w kuchni np. pokrywki, garnki, drewniane łyżki, ale również słuchanie muzyki np. piosenek dziecięcych i śpiewanie ich oraz taniec.

Dla dzieci starszych, które przygotowują się do pójścia do szkoły można zaproponować następujące zabawy: „narysuj, co powiem”, rysowanie szlaczków na kartce ze wskazaniem, że zaczynamy od lewej strony i kierujemy się w prawą stronę, proponujemy narysowanie kółka w lewym górnym rogu kartki, dzielimy wyraz na sylaby, wyodrębniamy głoski w wyrazie, liczymy wyrazy w zdaniu, porównujemy zdania pod względem długości, kończymy i zaczynamy wyrazy dwusylabowe, bawimy się w podawanie wyrazów na podaną sylabę/ głoskę, wskazywanie gdzie w wyrazie jest dana sylaba/ głoska – czy na początku, w środku, czy na końcu. Możemy wyszukiwać na obrazku lub w najbliższym otoczeniu wyrazów na podaną głoskę. Podajemy początek zdania do ilustracji lub do przedmiotu, np. *„Mała lalka.”* - a zadaniem dziecka jest wydłużanie tego zdania, np. *„Mała lalka siedzi.”* lub *„Mała lalka siedzi na krześle.”* lub *„Mała lalka siedzi na krześle i ma czerwoną sukienkę.”* Możemy zadawać pytania pomocnicze, gdy dziecko ma trudności, np., *„Co robi?”*, *„Gdzie siedzi?”*, *„Jak jest ubrana?”*.

Ciekawe są ćwiczenia w zapamiętywaniu ciągów wyrazów, które osoba dorosła wypowiada rozpoczynając od jednego wyrazu z danej kategorii i stopniowo dodając kolejne wyrazy np. w zakresie części ciała: oko/ oko, ucho/ oko, ucho, nos/ oko, ucho, nos, usta itd. Jak najwięcej się uda dziecku zapamiętać.

Ciekawe są również zabawy słuchowe mające na celu kształtowanie słuchu fonematycznego, np. różnicowanie wybranych cech opozycyjnych. Przykładowo syczymy jak wąż – „ssssss” i mówimy dziecku, że tak syczy wąż (możemy się wesprzeć obrazkiem węża), a po chwili bzyczymy jak osa lub mucha – „zzzzzz” i mówimy, że taki dźwięk wydaje mucha lub osa (możemy się wesprzeć obrazkiem muchy lub osy), kolejno mówimy do dziecka, że teraz położymy przed nim obrazki węża i muchy/osy i będziemy wydawać dźwięk jednego z nich, a zadaniem dziecka będzie wskazać obrazek tego zwierzęcia, którego dźwięk osoba dorosła wydała. Inne przykłady to pary opozycyjne:

- dzwonek: „*dzdzdz*” i konik polny: „*ccc*”,
- burza: „*rzrzzrz*” i szum drzew: „*szszszsz*”,
- wiertarka: „*dźdźdźdź*” i odgłos pociągu: „*czczczcz*”,
- szum drzew: „*szszszsz*” i syczący wąż: „*ssss*”,

- burza: „rzzzzzz” i osa lub mucha: „zzzz”,
- odgłos pociągu: „czczczcz” i konik polny: „cccc”,
- wiertarka: „dźdźdźdź” i dzwonek: „dzdzdz”,
- odgłos wody z węża strażackiego: „śśśś” i syczący wąż: „ssss”,
- zjeżdżanie: „żżżż” i osa: „zzzz”,
- prośba o ciszę: „ććć” i konik polny: „ccc”,
- silnik łodzi: „dźdźdź” i dzwonek: „dzdzdz”,
- szum drzew: „szszszsz” i odgłos wody z węża strażackiego: „śśśś”,
- burza: „rzzzzzz” i zjeżdżanie: „żżżż”,
- odgłos pociągu: „czczczcz” i prośba o ciszę: „ćććć”,
- wiertarka „dźdźdźdź” i silnik łodzi: „dźdźdźdź”,
- wiatr: „ffff” i motor: „www”,
- wbijanie gwoźdź: „bbbb” i pęknięcie balona: „ppp”,
- płukanie gardła: „gggg” i kapanie wody: „kkkk”,
- praca maszyny na budowie: „ddd” i kulek uderzających o siebie: „tttt”.

Dla starszych dzieci można zaproponować inną zabawę np. w „Powiedz czy tak się mówi?” – osoba dorosła wypowiada dwa wyrazy a zadaniem dziecka jest w umówiony sposób zasygnalizować, który wyraz był prawidłowo powiedziany, można się umówić, że dziecko powie na wyraz prawidłowy: dobrze, na nieprawidłowy: źle. Można wykorzystać następujące wyrazy: szafa - safa lub czapka - capka lub rzeka – zeka lub dżem – dzem lub szalik – salik lub cebula – cepula lub buda – puda lub ryba – rypa lub ryba – lyba lub ryba – jiba lub ryba – tyba lub siano – sano lub ziarno - zarno lub dżem – dziem lub bajak – pajak lub but – put lub balon – palon lub noga – noka lub korona – gorona lub kogut – gogut lub Mikołaj – Migołaj, widelec – witelec lub ręka – lęka lub raki – laki lub korale – kolale lub foka – woka.

Pozwólmy, aby dziecko rozwijało się prawidłowo, stwarzając mu do tego odpowiednie warunki. Pozwólmy dziecku przechodzić kolejne etapy w jego życiu w tym również w zakresie rozwoju mowy. Pozwólmy stawać się dziecku samodzielnym, aby radziło sobie w czynnościach samoobsługi i w odpowiednim momencie zrezygnujmy z pieluszki, (aby dziecko nie pozostawało nadal niemowlakiem, choć już jest przedszkolakiem). Pozwólmy dziecku przejść od niemowlaka do przedszkolaka, od przedszkolaka do ucznia i od ucznia do dojrzałego człowieka dorosłego.

Nie bójmy się, gdy nauczyciel, pediatra, lekarz specjalista, sąsiadka, koleżanka lub inna osoba sugeruje, że warto byłoby skonsultować dziecko ze

specjalistą, np. logopedą, psychologiem, pedagogiem, laryngologiem, chirurgiem, okulistą, audiologiem, endokrynologiem, terapeutą integracji sensorycznej lub innym. Pamiętajmy, że mamy na względzie prawidłowy rozwój dziecka a im wcześniej zauważone będą nierówności rozwojowe tym większe szanse na ich wyrównanie.

Materiał opracowany na podstawie literatury, informacji ze stron internetowych oraz materiałów ze szkoleń, obserwacji i doświadczeń własnych:

1. L. Kaczmarek, „Nasze dziecko uczy się mowy”, Wydawnictwo Lubelskie, Lublin 1977.
2. Styczek, „Logopedia”, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 1974.
3. G. Demel, „Minimum logopedyczne nauczyciela przedszkola”, Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, Warszawa 1994.
4. G. Demelowa, „Elementy logopedii”, Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczna, Warszawa 1987.
5. E. M. Minczakiewicz, „Logopedia, mowa, rozwój, zaburzenia, terapia”, Wydawnictwo Naukowe WSP, Kraków 1997.
6. D. Emiluta Rozya, „Wspomaganie rozwoju mowy dziecka w wieku przedszkolnym”, Centrum Metodyczne Pomocy Psychologiczno Pedagogicznej, Warszawa 2003.
7. Materiały Wydawnictwa Raabe, Zabawy logopedyczne dla przedszkolaków, Warszawa 2014.
8. E. Spalek, C. Piechowicz – Kułakowska, „Jak pomóc dziecku z wadą wymowy”, Impuls, Kraków 1993.
9. D. Antos, G. Demel, I. Styczek, „Jak usuwać seplenienie i inne wady wymowy”, PZWS, Warszawa 1971.
10. B. Ostapiuk, „Mamo! Tato! Chcę mówić. Możecie mi pomóc”, Medyk, Warszawa 1996.
11. „Mowa dziecka do 6 roku życia – ćwiczenia usprawniające, porady lekarza rodzinnego”, Wydawnictwo Literat, 2012.
12. „Dorośnijmy razem – jak cieszyć się udanym rodzicielstwem”, broszura Fundacji Dzieci Niczyje, tłumaczenie Bronisław Słowikowski, 2013.
13. J. Cieszyńska, M. Korendo „Wczesna interwencja terapeutyczna – stymulacja rozwoju dziecka od noworodka do 6 roku życia”, Wydawnictwo Edukacyjne, Kraków 2007.
14. Strona internetowa: <http://dziecisawazne.pl/jas-zapnie-kurteczke-czyli-o-zwracaniu-sie-dziecka-trzeciej-osobie/> artykuł A. Trojańskiej
15. Strona internetowa: <https://zdrowie.pap.pl/wywiad/byc-zdrowym/wzrok-dziecka-powinien-byc-skontrolowany-juz-w-2-3-roku-zycia> artykuł P. Rojek – Sochy
16. Strona internetowa: <http://www.logopeda.info>
17. Materiały ze szkoleń u dr I. Michalak –Widery.
18. Materiały ze szkoleń u mgr K. Kuny.