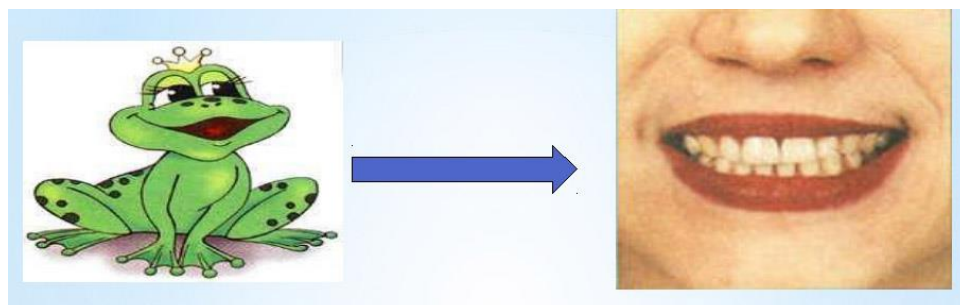


Dijete usvaja govor slušajući ga i govoreći, odnosno uz pomoć osjetila za sluh i govornih organa. No veliku ulogu u razvoju govora ima i motorika, posebno mikromotorika. Odgojitelji (roditelji) mogu raznim igrama potaknuti mikromotoriku, a tako i pokretljivost i koordinaciju rada artikulacijskih organa.

Artikulacijska je gimnastika skup ciljano odabranih vježbi koje pomažu jačanju mišića pokretnih organa artikulacijskog aparata i razvoju snage, spretnosti i diferenciranoj pokretljivosti tih organa te tako pomaže razviti posebne pokrete govornih organa. Ove vježbe odgojitelji i roditelji mogu provoditi uz savjet logopeda. Vježbe se provode od jednostavnijih prema složenijima (svakodnevno ne dulje od 5 minuta), a trebaju se uobličiti u igru te im dati zabavne nazive. Mogu se provoditi prije doručka, kada djeca sjede za stolovima, a položaj mora biti opušten uz ravno držanje. Primjerice, dok sva djeca sjede za stolom i čekaju ručak odgojitelji kažu djeci da se usne mogu smješkatati, a kada se smješkažu pokazuju zube. Usne se mogu i istežati poput surle, donja vilica je spušta i podiže – tako otvaramo usta i zatvaramo. Jezik može izvoditi razne pokrete: gore-dolje, lijevo-desno, naprijed-nazad. Ova igra trebala bi biti početna i uvod za daljnji rad, a može se koristiti s djecom od 3 do 4 godine. Starijoj djeci, odnosno od 4 do 5 godina, uz prethodnu igru dodaju se novi pojmovi: gornja i donja usna, gornji i donji zubi, alveole te više treba obratiti pažnju na pokrete usana i jezika. Može se promatrati jezik kako mijenja oblik od širokog prema uskom i slično. Kada djeca to usvoje, dodaje se razlikovanje vrha i leđa jezika i to u dobi od 5 do 6 godina. Djeca pred polazak u školu, odnosno od 6 do 7 godina znat će izvesti sve gore navedeno i sve pojmove te se može uvesti još povezivanje pokreta usana i jezika s izgovaranjem određenih glasova. Primjerice: „Kada izgovaramo iiii usne se smješkažu, a kada izgovaramo aaaaaa usta se široko otvaraju. Kada izgovaramo uuuu usne se istežu poput surle.“ Ovakvim i sličnim igrama odgojitelji i roditelji, koji nisu stručne osobe u području rehabilitacije govora, nikako ne mogu odmoći ili naštetiti izgovoru djeteta nego samo pomoći i poboljšati postojeće stanje te djelovati preventivno.

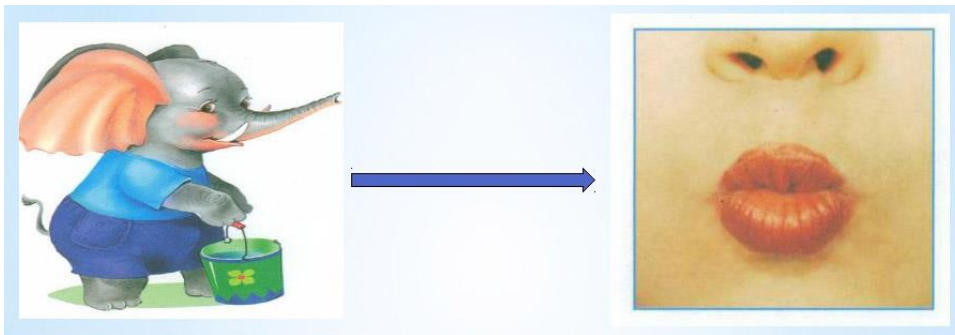
### **Vježbe za osnovne pokrete i položaje artikulacijskih organa**

1. Zadržavanje usana u položaju „osmijeh“ ili „ograda“ tako da su zubi vidljivi

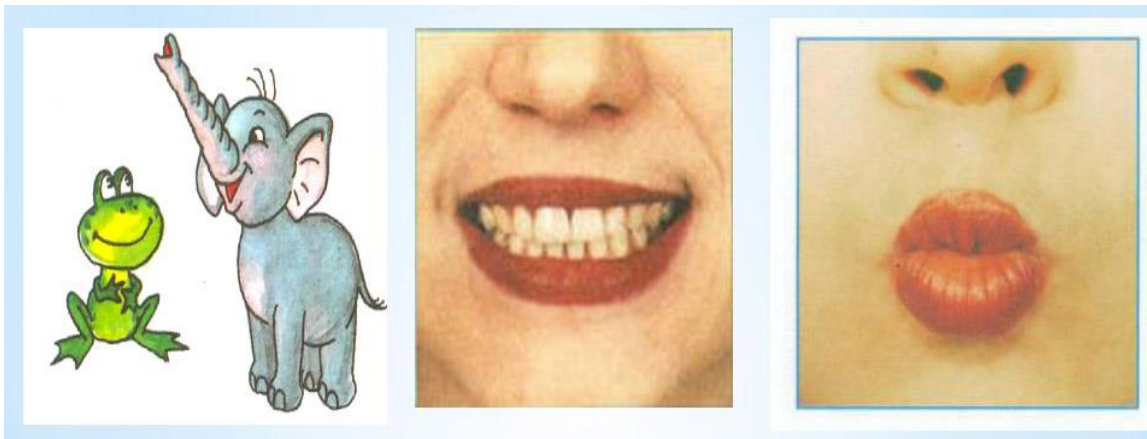




2. Istezanje usana u položaj „surla“

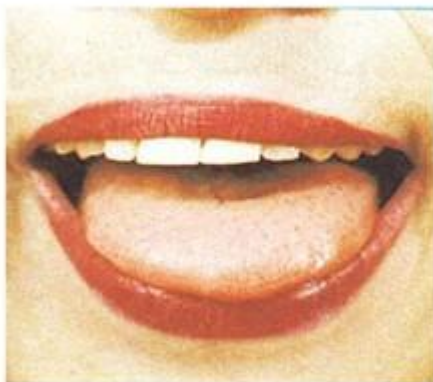


3. Naizmjenično prva i druga vježba

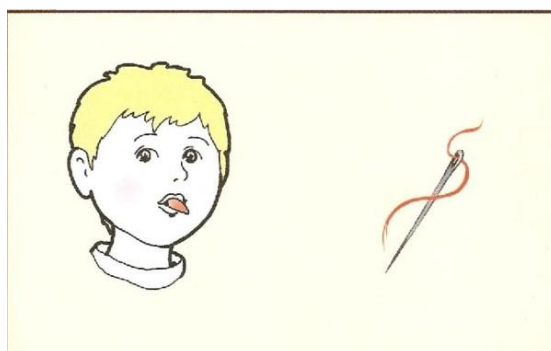


4. Mirno otvaranje i zatvaranje usta, usne su u položaju osmijeha

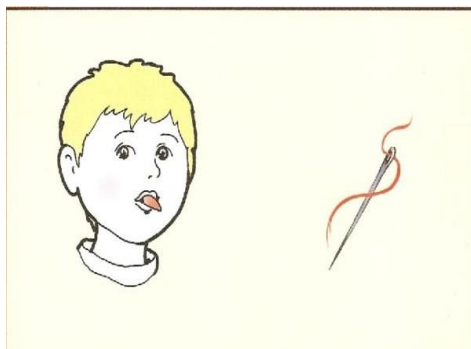
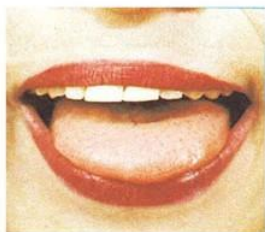
5. Jezik širok kao „palačinka“



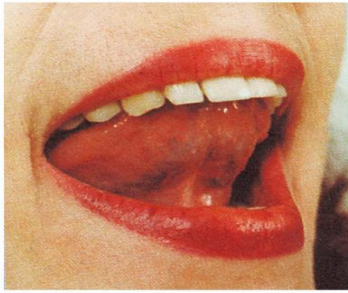
6. Jezik uzak kao „iglica“



7. Naizmjenično širok-uzak jezik



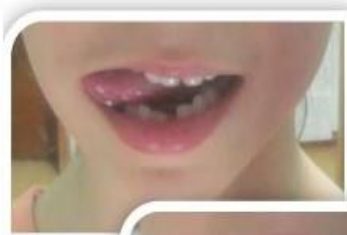
8. Dignuti vrh jezika iza gornjih zuba i držati nekoliko sekundi - jezik kao „jedrilica“



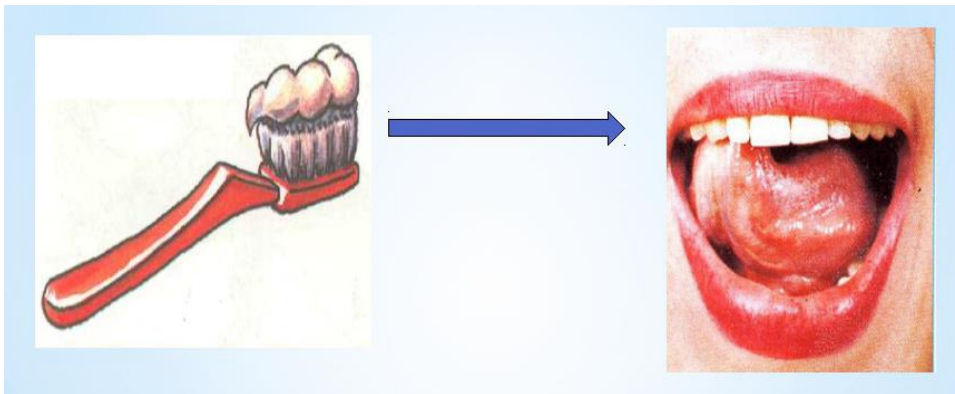
9. Naizmjenično jezik gore-dolje



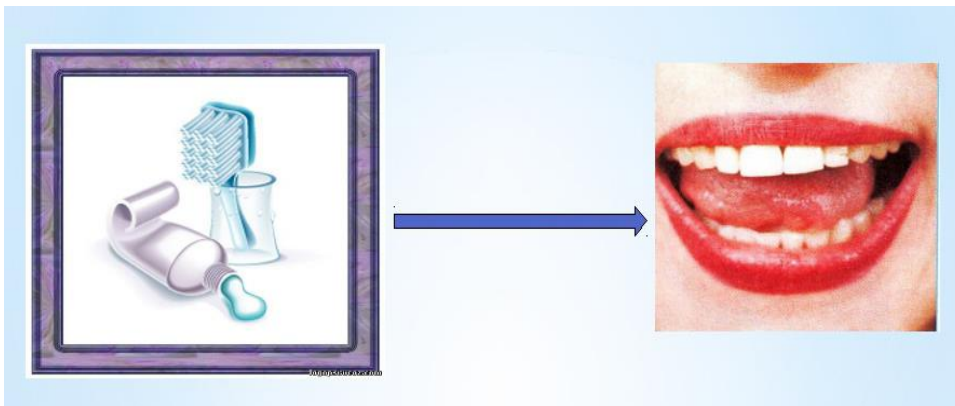
10. Naizmjenično jezik lijevo-desno- jezik kao „sat“ (brada miruje!)



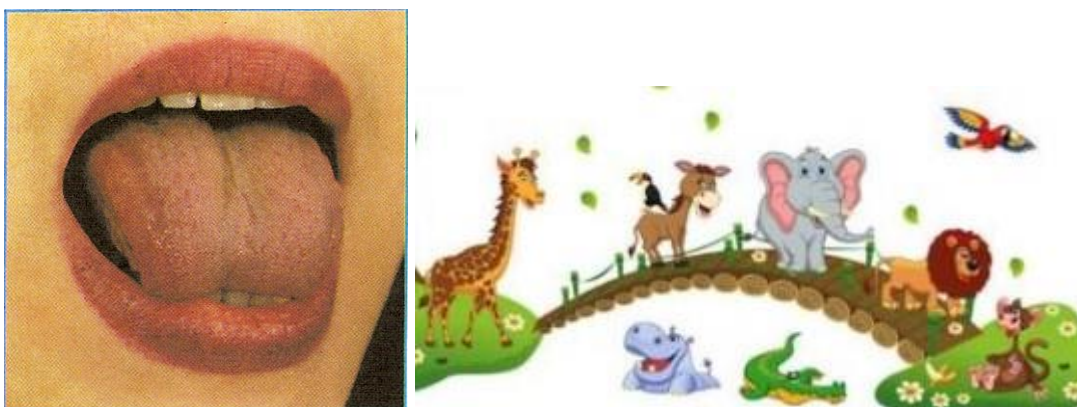
11. Oblizati gornje zube s unutarnje strane (brada miruje!)- jezik kao „četkica za zube“



12. Oblizati donje zube s unutarnje strane (brada miruje!)- jezik kao „četkica za zube“



13. Naizmjenično uvlačenje jezika u dubinu usne šupljine i približavanje donjim prednjim zubima- jezik kao „most“



Nakon ovladavanja navedenih vježbi, trebaju uslijediti specijalizirane vježbe za poremećen izgovor određenih glasova. Te bi se vježbe trebale provoditi individualno i ne bih savjetovala provođenje u odgojnoj grupi kako ne bi došlo do učvršćivanja pogrešnog izgovora jer se odgojitelji, zbog opsežnosti posla i velikog broja djece u skupinama, ne mogu posvetiti samo jednom djetetu i pažljivo promatrati što radi.

Pripremila:  
Tatjana Nikolajevna Bubek, stručni suradnik-logoped

