



RUCSAC PENTRU VREMURI DE CRIZĂ

Program de antrenament fonoarticulator „Ne jucăm și corect comunicăm!”

**Prof. Carmen Aida Șerpescu
Profesor logoped CJRAE Prahova**

Tratarea indirectă a tulburărilor de limbaj realizată pe baza parteneriatelor dintre profesorul logoped și ceilalți factori educogeni reprezintă o modalitate de activitate eficientă atât în intervenția preventivă, cât și în corectarea/ ameliorarea manifestărilor ușoare ale tulburărilor de articulație pronunție.

Astfel, Programul de antrenament fonoarticulator propus- structurat pe etape de lucru și derulat pe parcursul unei săptămâni- se dorește a reprezenta un punct de plecare al unor activități/ jocuri desfășurate cu copiii, un cumul de demersuri educaționale care să conducă, în cele din urmă, la o îmbunătățire a comportamentului verbal al acestora, la o bună pregătire a copilului pentru debutul școlar.

Îmbunătățirea capacității de articulație pronunție a copiilor, dezvoltarea capacității de analiză fonetică a structurilor lingvistice, formarea/exersarea capacității de comunicare reprezintă premise importante ale însușirii limbajului scris-citit și, implicit, ale diminuării riscului de eșec școlar.

Sistematic organizate, astfel de activități se pot derula independent/ împreună cu părinții sau în colaborare cu profesorul logoped.

Conceput în scop preventiv sau ameliorativ-corectiv, programul cuprinde sugestii de exerciții, jocuri-exerciții subsumate obiectivelor terapiei generale pentru tulburările de articulație- pronunție (dislalia).

PROGRAM DE ANTRENAMENT FONOARTICULATOR

LUNI - **EDUCAREA MOTRICITĂȚII GENERALE**



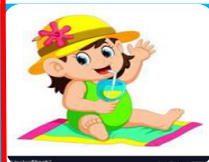
- Dezvoltarea motricității și musculaturii gâtului;
- Dezvoltarea motricității și musculaturii brațelor;
- Dezvoltarea musculaturii toracice, abdominale;
- Dezvoltarea mobilității întregului corp.

MARȚI- **EDUCAREA MOTRICITĂȚII APARATULUI FONO-ARTICULATOR**



- Dezvoltarea motricității maxilarelor;
- Dezvoltarea motricității linguale;
- Dezvoltarea motricității buzelor, obrazilor;
- Dezvoltarea motricității vălului palatin.

MIERCURI - **EDUCAREA RESPIRAȚIEI**



- Educarea echilibrului între inspir și expir;
- Formarea ritmicității respiratorii – verbal și nonverbal.

JOI- **EDUCAREA AUZULUI FONEMATIC**



- Formarea capacității de diferențiere fonematică;
- Dezvoltarea capacității de analiză fonematică;
- Dezvoltarea capacității de sinteză fonematică;
- Educarea ritmicității în pronunție.

VINERI - **POVEȘTI LOGOPEDICE, POEZII**



Imagini preluate de pe Internet

În acest sens, exemplificăm cu o serie de exerciții, jocuri recomandate pentru a fi utilizate în cadrul activităților educativ-ludice realizate cu copiii de către logopezi, cadre didactice de predare și/sau părinți.

Educarea motricității generale

Exemplificăm prin prezentarea unor exerciții, exerciții-joc fizice generale care întăresc și relaxează musculatura organelor vorbirii.

Executarea unor mișcări care antrenează toate părțile corpului, jocuri de mișcare însoțite de vorbire, exerciții de mers, gimnastică pentru membre, gimnastică a trunchiului (rotirea brațelor, aplecarea capului, aplaudatul, imitatul spălatului mâinilor, mersul ritmat, săritura broscuței, rotiri ale umerilor, răsuciri și extensii ale trunchiului etc.).

Exercițiu-joc „Bate vântul!”



Sarcină de lucru/ instructaj verbal:

Suntem copaci și ne înclinăm în bătaia vântului. Înclinarea trunchiului înainte-înapoi, dreapta-stânga cu brațele ridicate/ cu brațele întinse în față-în spate.

Exercițiu-joc „Girafa”



Sarcină de lucru/ instructaj verbal:

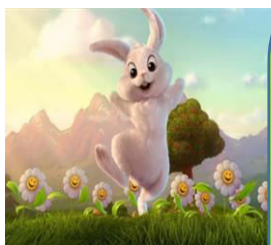
Girafa ne spune că are gâtul prins între crengile copacilor. Să o ajutăm! Mișcăm capul înainte-înapoi, dreapta-stânga.

Exercițiu-joc „Maimuța”



Sarcină de lucru/ instructaj verbal:
Maimuța se pregătește să se urce în copaci. Își încălzește brațele (mușchii brațelor): ridică un braț, pe amândouă, întindere cu brațele în lateral, scuturarea, destinerea brațelor, rotire cu brațele întinse lateral/cu brațele ridicate, rotirea brațelor (cercuri mici și apoi din ce în ce mai mari). Maimuța dorește să se prindă de crengi (se imită mișcarea), să prindă fructele (se imită mișcarea).

Exercițiu-joc „Iepurașul”



Sarcină de lucru/ instructaj verbal:
Sunt executate exerciții motrice asociate versurilor- **Iepurașul urecheat/ Sare-ntruna speriat.** (săritură pe loc, cu genunchii ușor flexați) **Sare acum într-un picior/ Privește după ajutor./** (săritură într-un picior, mișcarea capului stânga-dreapta) **Să se ascundă vrea acum./** (ghemuire) **Dacă-i cineva în drum?/ Țup! Țup! Țup! Sare deodată/ Către zarea-ndepărtată.** (saritura cu deplasare înainte,

Exercițiu-joc „Cuvânt-acțiune”

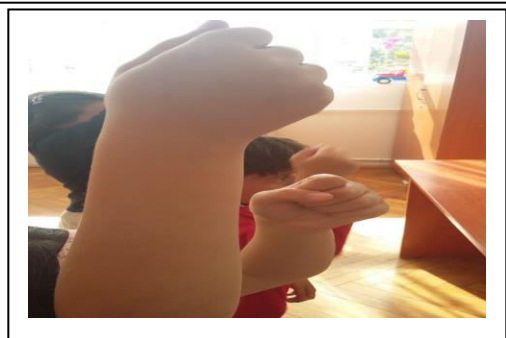


Sarcină de lucru/ instructaj verbal:
La ce mișcare te gândești atunci când auzi cuvântul..., „telefon”? Copilul realizează mișcări potrivite cuvântului (exemplu: prinderea obiectului, formarea numărului, simularea unei conversații etc.) Se pot folosi cuvintele: schiez, minge, iepuraș, pian, plouă, barcă, cal, bicicletă etc.

Varianta de lucru: realizarea exercițiilor cu suport imagistic. Denumirea/ descrierea acțiunii din imagine și imitarea acesteia.



Ima



gini preluate de pe Internet;

Educarea motricității aparatului fono-articulator

Jocuri exerciții care trebuie executate ritmic deoarece, pe lângă antrenarea și tonifierea segmentelor aparatului fonoarticular, au și menirea de a introduce ritmul în vorbirea copiilor

- Gimnastică facială

(umflarea alternativă a obrazilor, deschiderea și închiderea gurii, umflarea obrazilor, închiderea și deschiderea alternativă a ochilor („trasul cu ochiul”), ridicarea pomeților simultan și alternativ, exersarea zâmbetului prin retragerea comisurilor bucale etc.).

- Gimnastică labială

(întinderea și rotunjirea buzelor, acoperirea unei buze cu alta, vibrarea buzelor, imitarea sforăitului calului, umflarea buzelor cu reținerea aerului în gură, întinderea buzelor, rotunjirea buzelor, acoperirea unei buze cu cealaltă alternativ, rictusul etc.).

- Gimnastică linguală

(scoaterea și retragerea limbii, mișcări dreapta- stânga, plescăitul, ștergerea dinților cu limba etc.).

- Gimnastică mandibulară

(mișcări ale mandibulei: ridicare, coborâre, mișcări dreapta- stânga etc.)..

- Gimnastica velo – palatină

(imitarea tusei, imitarea căscatului, mișcări de glutiție).

Educarea respirației

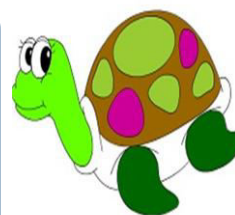
Exemple de exerciții: suflarea într-o lumânare aprinsă; umflarea balonului; aburirea unei oglinzi; formarea de valuri într-un vas cu apă; suflarea cu paiul în apă; suflarea unor hârtiuțe; inspir-expir pe nas și gură, alternativ; pronunțarea vocalelor ritmic, rar; pronunțarea rimitică a consoanelor, suflarea în diferite instrumente muzicale etc.

Exercițiu-joc „Broscuța țestoasă”

Sarcină de lucru/ instructaj verbal: *Ești o broscuță țestoasă care s-a răsturnat și dă din piciorușe, își umflă pieptul, încercând să se întoarcă.*

Copilul va sta culcat pe spate și i se va pune o jucărie de pluș pe piept.

Prin acest exercițiu se încearcă stimularea respirației profunde costo-diafragmală.



Exercițiu-joc „Umbrela”

Sarcină de lucru/ instructaj verbal: *Ești o umbrelă care încearcă să se închidă, să se deschidă.*

La inspir pe nas, se vor ridica brațele (se va deschide umbrela);
la expir pe gura, se vor coborî brațele (se va închide umbrela).



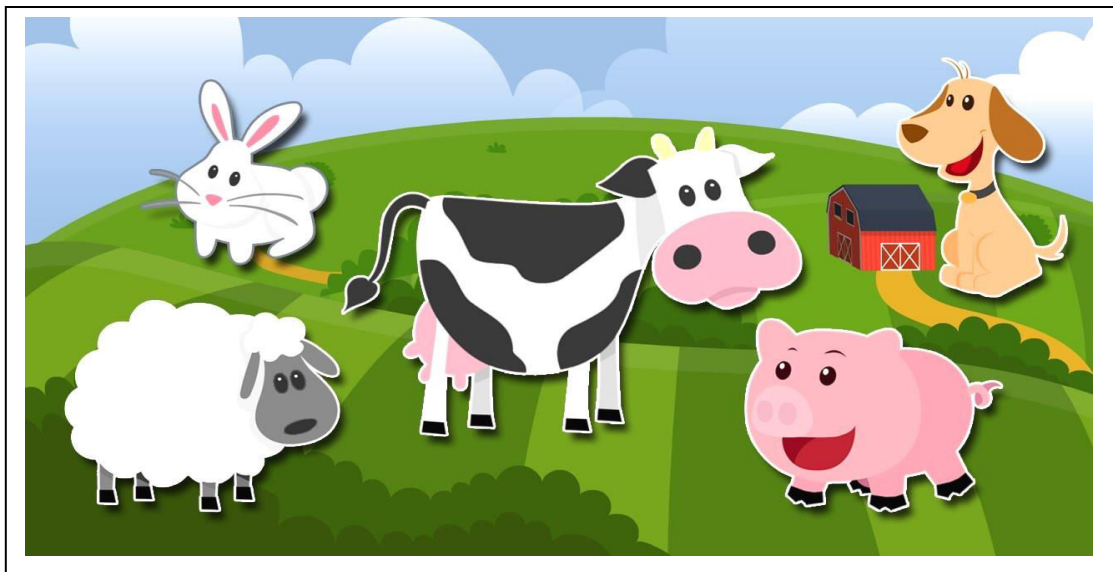
Exercițiu-joc „Baloane din săpun”

Sarcină de lucru/ instructaj verbal:
Suflăm încet, constant în apa dintr-un bol în care au fost puse câteva picături de detergent lichid de spălat vase. Se vor forma baloane de săpun.
Atenție! Să nu se inspire aerul, ci să se expire!



Educarea auzului fonematic

Exercițiu-joc: „Cine (ce) face așa?”



Sarcină de lucru/ instructaj verbal:

**Imitarea sunetelor din natură/ sunetelor produse de animale (onomatopee);
recunoșterea/ denumirea acestora.**

S, Z - gânsacul supărat **s-s-s!**, chemarea pisicii: **pisss, piyss!**, fusul: **sfârrr!**, albina: **bzz-bzz!**

(Limba cu apexul (sau vârful) cât mai ascuțit, se sprijină la baza incisivilor inferiori; buzele sunt interdeschise cu comisurile trase în părți; dinții sunt închiși pentru a evita interdentalismul).

Ț - cântecul grierului: **țârr!**; șoricelul: **chiț-chiț!**

(Limba, cu apexul ascuțit se sprijină pe linia de unire a dinților superiori cu cei inferiori; buzele sunt cu comisurile trase lateral; dinții sunt închiși, pentru a evita interdentalismul).

CE-CI - vrăbiuța: **cip-cip!**, ciocănitoarea: **cioc-cioc-cioc!**

(Limba se sprijină pe alveolele dinților superiori; buzele întinse cu comisurile trase lateral; dinții sunt închiși, după care se deschid brusc pentru pronunțarea sunetului).

Ș, J- vântul: **vjjj!**, trenul în mișcare: **ș-ș-ș!**, vântul puternic: **zjjjjj!**

(Apexul este ridicat aproape de vâlul palatin dur; buzele se țin rotunde; dinții sunt închiși pentru a evita interdentalismul).

R- motocicletă: **brrrr!**, pocnetul lemnului: **prrrr!**, ursul: **morrrr!**, ceasul: **țrrrr!**

(Apexul ascuțit al limbii atinge succesiv alveolele incisivilor superiori; buzele au comisurile trase în părți; dinții sunt îndepărtați).

C, G- cocoșul: **cucurigu!**, găina: **cotcodac!**, ceasul: **tic-tac!**, găscă: **ga-ga-ga!**, curcanul: **glu-glu-glu!**

(Apexul limbii stă la baza incisivilor superiori; buzele sunt ușor întredeschise; dinții sunt depărtați.)

Exercițiu-joc: **Jocul silabelor**

Sarcină de lucru/ instructaj verbal: pronunțarea unor serii de silabe în ritmul bătăilor din palme:

- pa, po, pu, pe, pi – ba, bo, bu, be, bi
- ta, to, tu, te, ti – da, do, du, de, di
- ca, co, cu, che, chi – ga, go, gu, ghe, ghi
- fa, fo, fu, fe, fi – va, vo, vu, ve, vi
- sa, so, su, se, si – za, zo, zu, ze, zi
- șa, șo, șu, șe, și – ja, jo, ju, je, ji.

Exercițiu-joc: „**Repetă ce spun eu!**” - exerciții pentru diferențierea consoanelor în cuvinte.

Sarcină de lucru/ instructaj verbal: Repetarea unor serii de cuvinte paronime.

1. **Exerciții pentru diferențierea sunetelor cu punct de articulare apropiat:**

Ș-S	Z-J	Ț-CE-CI	R-L
coș-cos	zale-jale	ațe-ace	rasă-lasă
șold-sold	zar-jar	ține-cine	cramă-clamă
școală-scoală	zoi-joi	țel-cel	rege-lege
laș-las		înțepă-înceapă	rac-lac
crește-creste		munți-munci	rampă-lampă
mușcă-muscă		plăți-plăci	rupă-lupă
pește-peste		țeapă-ceapă	radă-ladă

2. **Exerciții pentru diferențierea unor cuvinte diferite (ca semnificație) cu punct de articulare apropiat:**

bardă-barcă-barză;
rece-lege-rege;
top-țop-dop;
duduie-gutuie;
cer-ger;

clonț-glonț etc.

Exercițiu-joc: „**Ascultă și recunoaște!**”

Sarcină de lucru/ instructaj verbal: recunoașterea vocii participanților la joc.

Exercițiu-joc: **Unde este greșeala?**

Sarcină de lucru/ instructaj verbal:

Denumirea animalelor din imagine și emiterea onomatopeelor potrivite fiecăruia.
Repetarea versurilor și stabilirea personajelor corespunzătoare onomatopeelor.



-În ogradă, spune Nicu,
Grivei cântă: **CUCURIGU!**
Iar cocoșul cel isteț
Latră **HAC!** dintr-un coteț.
Gâsca-ți spune: **GA! GA! GA!**

Care e părerea ta?

Imagini preluate de pe Internet

BIBLIOGRAFIE:

1. Bejan, L., Drugaș, I., Hărdălău, L. (2009). *Aplicații practice în logopedie și psihologie școlară*. Oradea: Editura Primus.
2. Hărdălău, L. (2011). *Culegere de jocuri logopedice*. Oradea: Editura Primus.
3. Mușu, I. (coordonator), Vrăsmaș, E., Stănică, C. (1997). *Terapia tulburărilor de limbaj. Intervenții logopedice*. București: Editura Didactică și Pedagogică.
4. Vrăsmaș, E. (coord.), Costache, L. (coord. UNICEF), Chiriacescu, D., Gălbinașu, F., Neagu, A. ... (2015). *Să comunicăm cu... plăcere*. Buzău: Alpha MDN
5. Verza, E. (1982). *Ce este logopedia?* Editura Științifică și Enciclopedică.
6. Bartok, E.(2011), *Joc-Bucurie-Ochi strălucitori, Homo Ludens*, Tirgu Mureș
7. Internet: imagini preluate- link-uri indexate de către google.ro

