

ĆWICZENIA WSPOMAGAJĄCE ARTYKULACJĘ GŁOSEK SYCZĄCYCH I GŁOSKI „R”

Autor: mgr Barbara Grzyb, nauczyciel kształcenia zintegrowanego w Zespole Szkół Podstawowo-Gimnazjalnych im. Jana Pawła II w Łososinie Dolnej.

Wstęp

Problem wymowy w szerokim jej rozumieniu jest przedmiotem analizy wielu dyscyplin naukowych, między innymi: logopedii, psychologii, pedagogiki, socjolingwistyki, foniatry, neurologii itp.

Ze złożoności problemu „mowy” zdajemy sobie wszak często sprawę dopiero wówczas, gdy ta pozornie „błaha ludzka umiejętność” jest przyczyną naszych zmartwień, głębokich przeżyć, cierpień i trudności porozumiewania się. Mowa jako konfiguracja aktów porozumiewania językowego (słownego) odgrywa istotną rolę w społecznych kontaktach człowieka z innymi ludźmi. Kontakty te są możliwe dzięki umiejętności mówienia i rozumienia tekstów słownych.

Rozwój mowy uwarunkowany jest genetycznie. Zależy on jednak nie tylko od właściwości wrodzonych dziecka, ale także od warunków społecznych, kontaktu ze środowiskiem i innymi mówiącymi ludźmi. Prawidłowe kształtowanie się i rozwój mowy dziecka stanowi podstawę kształtowania i rozwoju jego osobowości. Dzięki rozumieniu mowy poznaje ono otaczający go świat, dzięki umiejętności mówienia jest w stanie wyrazić swoje uczucia i spostrzeżenia.

Problemy mowy i jej rozwoju zajmują główne miejsce wśród czynników decydujących o dojrzałości szkolnej. Zaburzenia i wady wymowy w znacznym stopniu utrudniają osiągnięcie sukcesów w szkole. Dzieci wadliwie mówiące natrafiają na różne trudności w opanowaniu umiejętności szkolnych i częściej od swoich rówieśników doznają niepowodzeń w nauce. Artykuł ten poświęcony będzie problematyce sygmatyzmu i rotacyzmu – najczęstszemu zaburzeniu mowy występującemu u uczniów w młodszym wieku szkolnym.

Rotacyzm i sygmatyzm (rodzaje i przyczyny)

Jedną z przyczyn trudności w czytaniu i pisaniu jest sygmatyzm i rotacyzm.

Sygmatyzmem albo seplenieniem określamy wadę wymowy polegającą na nieprawidłowej artykulacji głosek dentalizowanych, które w zależności od miejsca artykulacji można podzielić na trzy grupy:

- 1) przedniojęzykowo – zębowe (szereg syczący): s, z, c;
- 2) przedniojęzykowo – dźwiękowe (szereg szumiący): š, ž, č;
- 3) środkowo – językowo – palatalne (szereg ciszący): ś, ź, ć;

W sygmatyzmie można wyróżnić następujące sposoby realizacji dźwięków:

- a) deformacje są wynikiem zmiany miejsca artykulacji głosek co powoduje zniekształcenie ich brzmienia ;
- b) substytucje czyli zastępowanie jednych głosek dentalizowanych innymi; jest to zjawisko rozwojowe w okresie kształtowania i rozwoju mowy, jednakże, gdy utrzymuje się dłużej, należy je uznać za patologię;
- c) elizje, czyli opuszczaniu dźwięku, głoski dentalizowane mogą być opuszczone, bądź w ogóle nie realizowane. Podobnie jak w wypadku substytucji, jest to zjawisko rozwojowe do pewnego momentu, gdy utrzymuje się dłużej, należy je uznać za patologię.

Przyczyną seplenienia mogą być: wady zgryzu, proces wymiany zębów mlecznych na stałe, ubytki zębowe, urazy twarzoczaszki, wady rozwoju narządów artykulacyjnych (np. wadliwa budowa języka, żuchwy), zaburzenia funkcjonalne narządów artykulacyjnych, upośledzenie słuchu, zaburzenia słuchu fonetyczno – fonematycznego, porażenie języka i mięśni twarzy, brak napięcia mięśniowego, naśladownictwo wymowy osób wadliwie mówiących itp.

W praktyce wyróżnia się kilka rodzajów seplenienia właściwego, a to :

- seplenienie wargowo – zębowe, wąska szczelina tworzy się między dolną wargą a górnymi siekaczami, powstający szmer podobny jest do ostro brzmiącej spółgłoski t;
- seplenienie przyzębowe charakteryzuje się bardzo szeroką szczeliną, artykułowane w ten sposób spółgłoski s, z, c, mają brzmienie przytępione;
- seplenienie nosowe – wywołane niedostatecznym zamknięciem przejścia do jamy nosowej, czyli nieprawidłowym funkcjonowaniem podniebienia miękkiego; spółgłoski szczelinowe są wtedy znacznie słabsze i zniekształcone wskutek wchodzenia powietrza przez nos i towarzyszącego mu poszumu nosowego;
- seplenienie krtaniowe, w którym zamiast spółgłosek dentalizowanych może być wytwarzane zwarcie krtaniowe, zwłaszcza u osób mających rozszczep podniebienia;

- seplenienie gardłowe, głoski dentalizowane wymawiane są gardłowo w wyniku rozszczepów podniebienia i nieaktywnego podniebienia;
- seplenienie świszczące, cechuje je bardzo ostre brzmienie głosek dentalizowanych, które powoduje silny prąd powietrza powstały w wyniku utworzenia się głębokiego rowka wzdłuż środkowego języka;
- seplenienie fizjologiczne – pojawiające się z rozwojem mowy dziecka i polegające na zastępowaniu głosek dentalizowanych jednego szeregu przez inny. Zaburzenie to w przypadku dzieci o prawidłowym przebiegu rozwoju umysłowego ma charakter przejściowy. Ustępuje wraz z usprawnieniem narządów artykulacyjnych i rozwojem wrażliwości słuchowej.

Głoską, która również często jest dentalizowana ulega zniekształceniom, jest „r”.

Wyróżnia się następujące rodzaje rotacyzmu (rerania): wargowy, międzyzębowy, policzkowy, języczkowy, podniebienny, gardłowy. Deformacją jest również wymowa, którą można zapisać jako rl, polegająca na pojedynczej wibracji, która przechodzi w l. Taki dźwięk nie daje się przedłużyć. Prócz tego ma substytucje przez l, i, u, a także realizacje wokaliczne, przypominające nieco głoskę y bez żadnej wibracji.

Na powstanie rotacyzmu mogą wpływać takie czynniki jak:

- nieprawidłowa budowa narządów artykulacyjnych;
- niska sprawność języka, zbyt słabe napięcie języka;
- naśladowanie nieprawidłowych wzorców wymowy;
- niedostateczne słuchowe różnicowanie dźwięków.

Postępowanie terapeutyczne

W celu usprawnienia narządów mowy i przygotowania ich do prawidłowego wywołania głoski „sz” stosowałam następujące ćwiczenia:

1) Gimnastyka narządów mowy

Wargi: próby zaokrąglenia warg w kształt „ryjka”:cmokanie, dmuchanie na świecę, wate, gwizdanie, próba utrzymania w zaokrąglonych ustach ołówka, patyczka, wykonywanie „całuszków” do lusterka.

Język: wysuwanie i chowanie języka, klaskanie środkiem języka, unoszenie języka do górnych zębów i opuszczanie do dolnych, unoszenie języka do wałka dziąsłowego i opuszczanie za dolne zęby, wypowiedzianie w tym układzie na przemian aaaaaa – llllllll.

2) Ćwiczenia słuchowe.

Nauczyciel naśladuje szum wiatru: szszszszszszsz, dokładnie prezentując dziecku ułożenie warg i języka (wargi zaokrąglone, język unosi się do wałka dziąsłowego).

UWAGA! Ćwiczenie wykonywać twarzą do dziecka, potem wspólnie przed lustrem.

Nauczyciel powtarza dziecku szereg wyrazów z głoską sz (w nagłosie) i akcentuje wymowę, powtarza na zmianę sz – s, a dziecko wskazuje etykietkę z literą, wymawia wyrazy z daną głoską prawidłowo i nieprawidłowo. Dziecko reaguje klaśnięciem na błąd, np. szalik – salik.

Nauczyciel opowiada dziecku historyjkę z dużą ilością słów z „sz”. Akcentując ich wymowę.

3) Nauka prawidłowej artykulacji „sz”.

Nauczyciel zaokrągla wargi i wymawia uuuuuu, to samo wykonuje dziecko. Przed lustrem dziecko naśladuje szum wiatru: szczcz..... w układzie jak do „u”, unosząc język jak wyżej, uważając, by na lustrze zostało zaparowane kółko. Wypowiadanie „sz” długiego i „sz” krótkiego. Kiedy dźwięk realizowany jest prawidłowo, można go ćwiczyć w sylabach: szu, szo, sza, sze, szy, usz, asz, esz, ysz.....

4) Reagowanie sygnałem na głoskę „sz” (podniesienie ręki, klaśnięcie) podczas opowiadania nauczyciela.

5) Kończenie wierszyków:

Z fartuszka Urszulki wypadły trzy.....

Włóczka miękka jak puszek zwinięta jest w.....

Bardzo ładne są poduszki w szafirowe.....

6) Rozwiązywanie zagadek (w rozwiązaniu jest „sz”).

Ma długi ogonek,
oczy jak paciorki.
Gdy zobaczy kota,
umyka do norki.
(mysz)

Powiem zagadkę niezwykle prostą:

Jakie warzywo jest marchewki siostrą ?

(pietruszką)

Gdy mama gotuje,
to często na brzuszek
zakłada kolorowy.....
(fartuszek)

Jak się nazywa
ta część odzieży,
w której jak w norce,
chusteczka leży ?
(kieszeń)

7) Śpiewanie piosenki „Trzy kurki”.

Wyszły w pole kurki trzy i gęsiego sobie szły.
Pierwsza przodem, w środku druga,
trzecia z tyłu oczkiem mruga.
I tak sznurkiem sobie szły
raz, dwa, raz, dwa, raz, dwa, trzy.

Podczas prawidłowej wymowy głoski „sz” czubek języka uniesiony jest do góry, do wałka dziąsłowego, żeby są zbliżone – między nimi powstaje wąska szczelina, wargi lekko zaokrąglone, wysunięte do przodu. Głoska „sz” jest podstawową w szeregu: sz, ż, cz, dż i dlatego bardzo ważne jest jej opanowanie. Na to bezpośredni wpływ na tempo oraz jakość korekty wymowy pozostałych głosek z tego szeregu.

W celu przygotowania do wymowy głoski „r” stosowałam różne ćwiczenia. Oto niektóre z nich:

Ćwiczenia warg:

- cofanie kącików ust i obciążenie zębów, a następnie wypinanie warg do przodu, układając je w „dziób” (jak przy wymowie „y – u”);
- cofanie kątów ust i ukazywanie zębów przez zaokrąglenie warg (jak przy wymowie „o”);
- podnoszenie i opuszczanie dolnej wargi;
- podciąganie obu zwartych warg do góry i w dół – na przemian;
- cofanie obu kątów ust równocześnie;
- oblizywanie wargą wargi (górną i dolną na przemian);
- dotykanie górnymi siekaczami dolnej wargi, a dolnymi górnej – na przemian;

- przytrzymywanie siekaczami raz górnej wargi, raz dolnej, z równoczesnym poruszaniem wargą dolną;
- nakładanie warg i poruszanie nimi naśladujące królika;
- naśladowanie parskania konia;
- naśladowanie warkotu motoru.

Masaż warg:

- przeprowadzenie go przy zwartych siekaczach ruchem okrężnym a następnie – w dół i w górę (palcem).

Ćwiczenia języka:

- wysuwanie języka na zewnątrz jamy ustnej;
- dotykanie końcem języka nosa i podbródka – na przemian;
- poruszanie językiem z lewa na prawo, dotykając czubkiem języka kątów ust;
- dotykanie językiem górnych zębów z wewnątrz i z zewnątrz;
- oblizywanie językiem zębów ruchem okrężnym przy zwartych wargach;
- lizanie podniebienia przy otwartych ustach;
- zlizywanie miodu lub zagęszczonego mleka ze spodeczka;
- zmienianie układu języka z wąskiego na szeroki;
- dynamizowanie mlaskania i cmokania;
- dynamiczne wymawianie: lalalalala _____ llllllllll;
- dynamiczne wymawianie: ddddddd _____ dt, dt, dt, ddtddtddtddtddtddt.

Ćwiczenie dolnej szczęki:

- swobodne opuszczanie w dół i podnoszenie dolnej szczęki (język łaski, w bezruchu).

Wnioski

Zaburzenie mowy – sygmatyzm i rotacyzm niekorzystnie wpływa na rozwój systemu językowego, zasobu słownikowego i osiągnięcia szkolne dzieci. Odbija się również ujemnie na ich życiu społecznym i emocjonalnym oraz pozycji wśród rówieśników. Powoduje niechęć do mówienia, głośnego czytania i spontanicznego wypowiedzania się na forum klasy.

Zaburzenia mowy mają odbicie w piśmie i w mowie. Błędy jakie popełniają dzieci to przede wszystkim substytucje, pisownia związana z niestosowną wymową, pisownia fonetyczna i błędy ortograficzne.

Przyczyna wady wymowy oraz trudności w nauce pisania i czytania mogą być spowodowane:

- zaburzeniem kinestezji artykulacyjnej;
- opóźnionym rozwojem mowy dziecka;
- słabą pamięcią słuchową;
- słabą znajomością zasad poprawnej pisowni.

W szkołach brak jednak jeszcze dostatecznej liczby właściwie wyposażonych gabinetów terapeutycznych, odpowiedniej liczby reedukatorów, co powoduje, że pomoc nauczycieli nauczania zintegrowanego jak również rodziców jest konieczna w przezwycięzeniu trudności dyslektycznych. Należy podkreślić, że wczesne rozpoznanie przez logopedę, dobrze prowadzone zajęcia wyrównawcze i systematyczna pomoc rodziców może wyrównać defekty rozwojowe i usunąć trudności w nauce szkolnej. W mojej pracy zawodowej bardzo często spotykam się z problemem rotacyzmu i sygmatyzmu, dlatego wiem jak ważne jest współdziałanie rodziców i nauczycieli . Chciałabym, aby ten artykuł stał się pomocny dla rodziców w pracy terapeutycznej z dziećmi mającymi problemy z poprawną artykulacją głoski „sz” i „r”. Chcę również podkreślić, że dzieci z zaburzeniami mowy wymagają też osobnej opieki psychologicznej i stałego kontaktu z logopedą o czym powinni pamiętać również rodzice.

LITERATURA:

1. Chmielewska E.: Zabawy logopedyczne i nie tylko. Kielecka Oficyna Wydawnicza „MAC” 1995.
2. Demel G.: Minimum logopedyczne nauczyciela przedszkola. Warszawa 1998. WSiP.
3. Minczakiewicz E.: Mowa. Kraków 1996. Wydawnictwo Naukowe WSP.
4. Sawa R.: Jeśli dziecko źle czyta i pisze. . Warszawa 1999. WSiP.
5. Styczek I.: Logopedia. Warszawa 1983. PWN.
6. Surowaniec J.: Podręczny słownik logopedyczny. Kraków 1993. Wydawnictwo Naukowe WSP.
7. Wierzchowska B.: Wymowa Polska. Warszawa 1971. PZWS.