

ĆWICZENIA FONACYJNE DLA DZIECI

Ćwiczenia fonacyjne to ćwiczenia, które mają na celu rozwijanie i poprawę umiejętności posługiwania się głosem. Ich celem jest przede wszystkim poprawienie artykulacji, płynności mowy, a także wzmocnienie mięśni odpowiedzialnych za wydawanie dźwięków. Dzięki regularnym ćwiczeniom fonacyjnym dzieci uczą się kontrolować swój oddech, modulować głos, a także wymawiać dźwięki w sposób wyraźny i zrozumiały.

Oto kilka przykładów ćwiczeń fonacyjnych:

1. „Bączek”

Opis: Dzieci wymawiają sylabę „ba” w sposób długi i zróżnicowany pod względem głośności, naśladując dźwięk bączka, który kręci się coraz szybciej, a potem zwalnia.

Cel: Ćwiczenie to pomaga w poprawnym artykułowaniu spółgłosek i samogłosek oraz wzmacnia oddech kontrolowany przez dzieci.



2. „Echo”

Opis: Dorosły wypowiada krótką frazę lub dźwięk (np. „a, o, e”) w różnych tonach i głośności, a dzieci powtarzają to jak echo, starając się dokładnie naśladować.

Cel: Ćwiczenie pomaga dzieciom w rozwijaniu umiejętności słuchowych, kontrolowaniu wysokości głosu i poprawnej artykulacji.

3. „Wydmuchujemy balon”

Opis: Dzieci naśladują wydychanie powietrza przez otwarte usta, jakby nadmuchały balon. Można je zachęcać do robienia tego długimi strumieniami powietrza, a potem skracania ich.

Cel: Ćwiczenie to wzmacnia mięśnie odpowiedzialne za oddychanie i poprawia kontrolę oddechu.





4. „Śpiewające zwierzątka”

Opis: Dzieci naśladują głosy różnych zwierząt (np. psa, kota, krowy), zmieniając przy tym wysokość głosu. Mogą również śpiewać, zmieniając tonację jak dźwięki wydawane przez zwierzęta.

Cel: To ćwiczenie rozwija umiejętność modulowania głosu i poprawia artykulację poprzez naśladowanie dźwięków.

5. „Ruchy języka”

Opis: Dzieci wykonują różne ćwiczenia z językiem, np. dotykają czubkiem języka górnych zębów, potem opuszczają go do brody, a następnie poruszają językiem na boki. Można to połączyć mówieniem różnych dźwięków (np. „la, la, la”).

Cel: Ćwiczenie to poprawia elastyczność języka, co jest istotne dla wyraźnej wymowy.



6. „Dmuchanie na świeczkę”

Opis: Dzieci wyobrażają sobie, że przed nimi znajduje się świeczka, którą muszą zgasić, delikatnie dmuchając na nią.

Cel: To ćwiczenie pomaga w kontrolowaniu oddechu i wspiera w nauce mówienia w sposób wyraźny i zrównoważony.

7. „Klepanie rytmu”

Opis: Dzieci klaskają w dłonie w rytm prostych fraz, na przykład „pa-pa”, „to-to”, a następnie powtarzają te frazy, starając się utrzymać równy rytm.

Cel: Ćwiczenie rozwija poczucie rytmu, co jest bardzo ważne w nauce płynnej mowy.





8. „Węże”

Opis: Dzieci poruszają językiem jak wąż, czyli „ssssssss” – ćwiczenie może być wykonywane w różnych tempach.

Cel: To ćwiczenie rozwija kontrolę nad artykulacją i wytwarzaniem dźwięków [SZ], co jest ważne w nauce poprawnej wymowy.



9. „Rozgrzewka ust”

Opis: Dzieci wykonują ćwiczenia rozluźniające usta, np. szeroko je otwierają, a potem zamykają, formując je w kształt „o” i „u”.

Cel: Rozgrzewa i rozluźnia mięśnie twarzy oraz poprawia elastyczność ust i warg, co sprzyja lepszej wymowie.

Warto pamiętać, że **ćwiczenia fonacyjne** powinny być dostosowane do wieku dzieci i odbywać się w formie zabawy, by angażowały je w proces nauki mowy w sposób przyjemny i efektywny. Wprowadzanie ćwiczeń fonacyjnych w codzienną rutynę pomoże dzieciom nie tylko poprawić jakość mowy, ale także rozwinąć zdolności komunikacyjne.