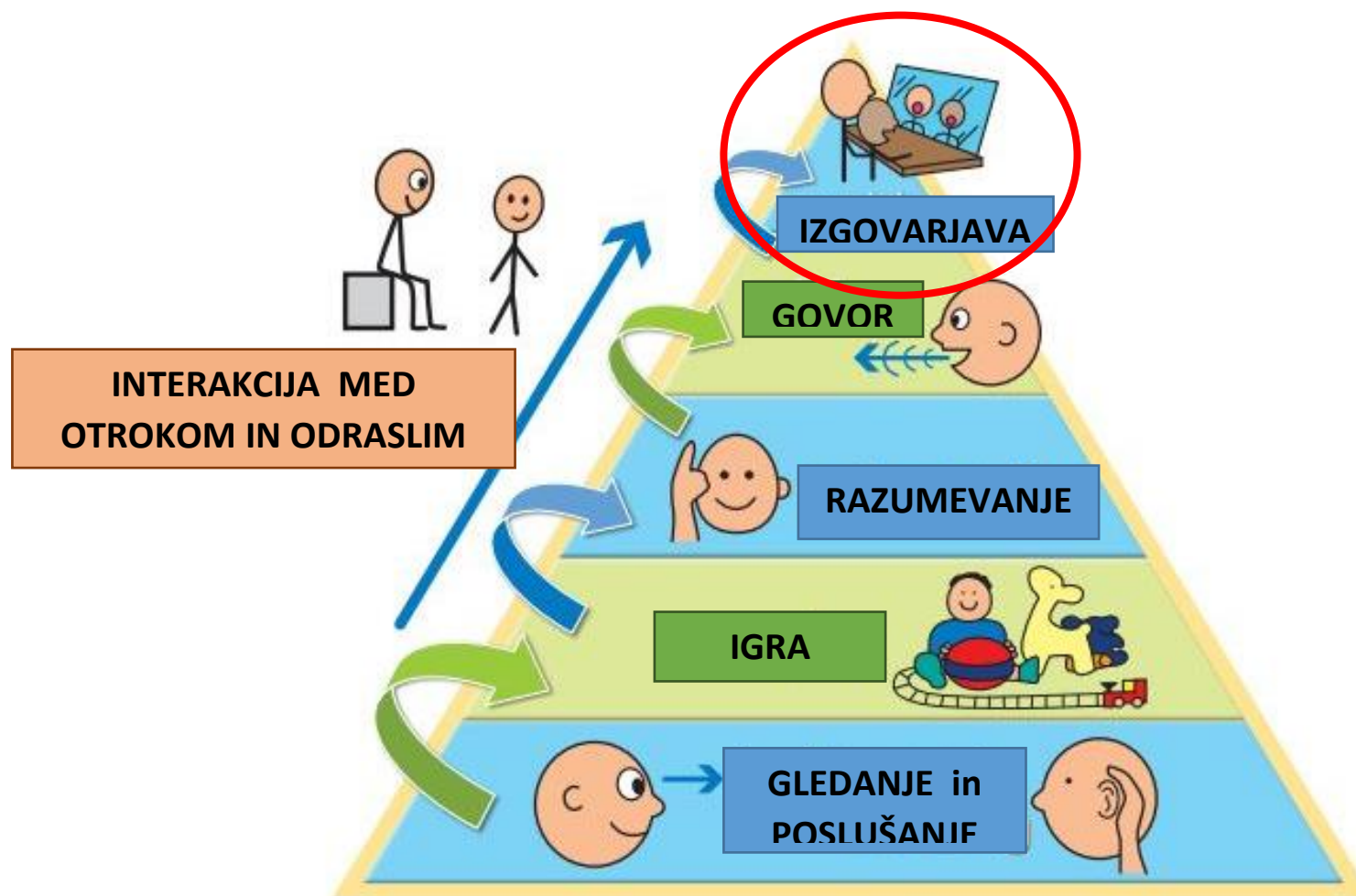


PIRAMIDA GOVORNO-JEZIKOVNEGA RAZVOJA

Vir: <https://www.lnwh.nhs.uk/services/harrow-community-services/speech-and-language-therapy-paediatric/>



RAZVOJ GLASOV

(Vir: <http://logopedke.splet.arnes.si/razvoj-glasov/>)

Govorni razvoj otroka delimo na:

1. predjezikovno obdobje,
2. jezikovno obdobje in
3. učenje glasov.

V predjezikovnem obdobju otrok svoje potrebe in želje izraža z jokom, vokalizacijo, bebljanjem in naključnim posnemanjem glasov. Otrokova komunikacija je v tem obdobju nenamenska. V tej fazi otrok začne uporabljati tudi nekatere jezikovne elemente, npr. ritem, intonacijo, geste.

V jezikovno obdobje otrok vstopi s prvo izrečeno besedo. Ta se pojavi okoli 1. leta otrokove starosti. Ni nujno, da je beseda izgovorjena pravilno, pomembno pa je, da za besedo stoji *namen*. Navadno otrok začne uporabljati najprej samostalnike in glagole.

Učenja glasov se otrok uči že v fazi brbljanja, vendar v tej fazi dojenčki uporabljajo vse glasove (ne glede na to ali so to glasovi maternega jezika ali ne). Postopoma z izboljševanjem sluha in poslušanja, z vajo in avtomatizacijo gibov govoril, dojenček izboljšuje svojo glasovno sliko posameznih glasov in se s tem vedno bolj približuje izreki odraslih. Glasovi, ki niso avtomatizirani vsaj do 7. leta, kažejo na artikulacijske težave.

Otroci govor in glasove usvajajo različno – nekateri prej, drugi kasneje. V času, ko se otrokov govor razvija, so možna tudi odstopanja. Tako lahko otrok npr. do 4. leta glas /r/ zamenjuje z glasom /l/ ali pa šumnike izgovarja mehčano. Izgovorjava vseh glasov naj bi bila ustrezna približno do 5. leta oz. najkasneje do vstopa v šolo. V kolikor pri vašem otroku opazite odstopanja, poiščite logopeda.

STAROST	GLASOVI
do 2. leta	p, b, m, n, j, t, d
do 3. leta	k, g, v
med 2. in 3 letom in pol	l
med 2. in 3. letom	f
med 2. in 4. letom	c, s
med 2. in 3. letom	h
med 2. in 4. letom	z
med 3. in 5. letom	r, š, ž, č

Besedilo povzeto po:

Kolar, V. (2017). *Fonološki razvoj in govorna razumljivost predšolskih otrok* (Diplomsko delo). Univerza v Ljubljani, Pedagoška fakulteta. Pridobljeno s <http://pefprints.pef.uni-lj.si/4828/1/KOLAR.pdf>

Tabela povzeta po:

Grobler, M. (1985). Govorni razvoj, razvojne težave in govorne motnje. *Obzornik zdravstvene nege*, 19(3-4), 190-197. Pridobljeno s <http://www.obzornikzdravstvenenege.si/1985.19.2.190>

NAČIN IN MESTO TVORBE GLASOV

Da bi razumeli, kako in katere vaje pripomorejo k ustrezni izgovarjavi glasov, moramo najprej vedeti, kako posamezne glasove oblikujemo, kje jih tvorimo in kateri artikulatorji (tj. deli govornega aparata) pri tem sodelujejo.

SAMOSTALNIKI (VOKALI)

GLAS	KJE IN KAKO TVORIM GLAS?	VKLJUČENI ARTIKULATORJI (deli govornega aparata)	VIZUALNI (slikovni) PRIKAZ POLOŽAJA ARTIKULATORJEV*
I	Ustnice so raztegnjene v nasmešek. Zgornji in spodnji zobje so rahlo razprti.	Ustnice.	
E	Ustnice so raztegnjene v nasmešek. Zgornji in spodnji zobje so rahlo razprti (nekoliko bolj kot pri glasu I).	Ustnice.	
A	Spodnja čeljust je spuščena, sproščena. Ustnice so razprte.	Ustnice, spodnja čeljust.	
O	Ustnice so zaokrožene (šoba).	Ustnice.	
U	Ustnice so močno zaokrožene (močnejša šoba).	Ustnice.	

* Slikovno gradivo je vzeto iz <http://speechymusings.com/>.

SOGLASNIKI (KONZONANTI)

GLAS	VIZUALNI (slikovni) PRIKAZ POLOŽAJA ARTIKULATORJEV*	O GLASU
P		STAROST: Glas P otrok usvoji do 2. leta. TVORBA: Ustnici sta stisnjeni tesno skupaj. Tvorita ustnično zaporo. Ob izpihu zraka se ustnična zapora odpre, spodnja čeljust pa rahlo spusti. Razpremo ustnici. Glas P je nezveneč, glasilki ne vibrirata. VAJE: Če otrok ne izgovarja glasu P, delamo vaje za izboljšanje motorike ustnic in spodnje čeljusti. ASOCIACIJA: Pokanje kokic: POP – POP – POP.
B		STAROST: Glas B otrok usvoji do 2. leta. TVORBA: Ustnici sta stisnjeni tesno skupaj. Tvorita ustnično zaporo. Ob izpihu zraka se ustnična zapora odpre, spodnja čeljust pa rahlo spusti. Razpremo ustnici. Glas B je zveneč, glasilki vibrirata¹. VAJE: Če otrok ne izgovarja glasu B, delamo vaje za izboljšanje motorike ustnic in spodnje čeljusti. ASOCIACIJA: Stopanje medveda: BA – BA – BA.
M		STAROST: Glas M otrok usvoji do 2. leta. TVORBA: Ustnici sta stisnjeni tesno skupaj. Tvorita ustnično zaporo. Se ne razpreta, zato gre izdišni zrak skozi nosno votlino (ob tvorjenju glasu M občutimo vibracije v predelu nosa). Glas M je zveneč, glasilki vibrirata. VAJE: Če otrok ne izgovarja glasu M, delamo vaje za izboljšanje motorike ustnic in vaje za dihanje skozi nos. ASOCIACIJA: Okušanje hrane: MMMM ...
N		STAROST: Glas N otrok usvoji do 2. leta. TVORBA: Konico jezika prislonimo na zgornjo dlesen. Izdišni zrak gre skozi nosno votlino. Glas N je zveneč, glasilki vibrirata. VAJE: Če otrok ne izgovarja glasu N, delamo vaje za izboljšanje motorike ustnic, jezika in vaje za dihanje skozi nos. ASOCIACIJA: Posnemanje letala: NNNNN ...

J		STAROST: Glas J otrok usvoji do 2. leta. TVORBA: Srednji del jezika dvignemo, stranski deli jezika pa so v stiku s trdim nebom. VAJE: Če otrok ne izgovarja glasu J, delamo vaje za izboljšanje motorike jezika. ASOCIACIJA: Vzklík: JOJ – JOJ – JOJ!
T		STAROST: Glas T otrok usvoji TVORBA: Konico jezika prislonimo na zgornjo dlesen. Naredimo zaporo. Ob preboju zapore konico jezika prestavimo nižje v nevtralen položaj. Glas T je nezveneč, glasilki ne vibrirata. VAJE: Če otrok ne izgovarja glasu T, delamo vaje za izboljšanje motorike jezika. ASOCIACIJA: Tiktakanje ure: TIK – TAK – TIK – TAK.
D		STAROST: Glas D otrok usvoji TVORBA: Konico jezika prislonimo na zgornjo dlesen. Naredimo zaporo. Ob preboju zapore konico jezika prestavimo nižje v nevtralen položaj. Glas D je zveneč, glasilki vibrirata. VAJE: Če otrok ne izgovarja glasu D, delamo vaje za izboljšanje motorike jezika. ASOCIACIJA: Udarjanje po bobnu: DUM – DUM – DUM.
K		STAROST: Glas K otrok usvoji do 3. leta. TVORBA: Koren jezika in mehko nebo se stikata. Tvorimo zaporo. Izdišni zrak prebije/odpre zaporo. Glas K je nezveneč, glasilki ne vibrirata. VAJE: Če otrok ne izgovarja glasu K, delamo vaje za izboljšanje motorike mehkega neba. ASOCIACIJA: Jezna mačka: KH – KH – KH.
G		STAROST: Glas G otrok usvoji do 3. leta. TVORBA: Koren jezika in mehko nebo se stikata. Tvorimo zaporo. Izdišni zrak prebije/odpre zaporo. Glas G je zveneč, glasilki vibrirata. VAJE: Če otrok ne izgovarja glasu G, delamo vaje za izboljšanje motorike mehkega neba. ASOCIACIJA: Grgranje: GGGG ...

H		STAROST: Glas H otrok usvoji med 2. in 3. letom. TVORBA: Koren jezika in mehko nebo se stikata. Tvorimo priporo. Glas H je nezveneč, glasilki ne vibrirata. VAJE: Če otrok ne izgovarja glasu H, delamo vaje za izboljšanje motorike mehkega neba. ASOCIACIJA: Grejemo hladne dlani in pihamo v dlan: HHH ...
V		STAROST: Glas V otrok usvoji do 3. leta. TVORBA: Zgornje zobe prislonimo na spodnjo ustnico. Ustvarimo priporo, skozi katero uhaja zrak. Glas V je zveneč, glasilki vibrirata. VAJE: Če otrok ne izgovarja glasu V, delamo vaje za izboljšanje motorike ustnic. ASOCIACIJA: Veter vije: VVVVV ...
L		STAROST: Glas L otrok usvoji v obdobju 2 let do 3 let in pol. TVORBA: Konico jezika prislonimo na sprednji del trdega neba. VAJE: Če otrok ne izgovarja glasu L, delamo vaje za izboljšanje motorike jezika. ASOCIACIJA: Pojemo pesmico: LA – LA – LA.
F		STAROST: Glas F otrok usvoji med 2. in 3. letom. TVORBA: Zgornje zobe prislonimo na spodnjo ustnico. Ustvarimo priporo, skozi katero uhaja zrak. Glas F je nezveneč, glasilki ne vibrirata. VAJE: Če otrok ne izgovarja glasu F, delamo vaje za izboljšanje motorike ustnic. ASOCIACIJA: Podimo muho: FF – FF – FF
C		STAROST: Glas C otrok usvoji med 2. in 4. letom. TVORBA: Konico jezika prislonimo na zgornjo dlesen in ustvarimo zaporo (kot pri glasu T) nato izdišni zrak prebije zaporo in tvorimo priporo (kot pri glasu S). Glas C je nezveneč, glasilki ne vibrirata. VAJE: Če otrok ne izgovarja glasu C (izgovorimo ga kot TS), delamo vaje za izboljšanje motorike jezika. ASOCIACIJA: Smučar dela zavoje: CSS – CSS – CSS ...

S		STAROST: Glas S otrok usvoji med 2. in 4. letom. TVORBA: Konica jezika je za zgornjimi zobmi, vendar se jih ne dotika. Tvorimo priporo, skozi katero uhaja zrak. Stranski deli jezika so v stiku s stranskimi zgornjimi zobmi. Glas S je nezveneč, glasilki ne vibrirata. VAJE: Če otrok ne izgovarja glasu S, delamo vaje za izboljšanje motorike jezika in vaje za izboljšanje izpiha. ASOCIACIJA: Kača se zvija: SSSSS ...
Z		STAROST: Glas Z otrok usvoji med 2. in 4. letom. TVORBA: Konica jezika je za zgornjimi zobmi, vendar se jih ne dotika. Tvorimo priporo, skozi katero uhaja zrak. Stranski deli jezika so v stiku s stranskimi zgornjimi zobmi. Glas Z je zveneč, glasilki vibrirata. VAJE: Če otrok ne izgovarja glasu Z, delamo vaje za izboljšanje motorike jezika. ASOCIACIJA: Čebela leti: ZZZZZ ...
R		STAROST: Glas R otrok usvoji med 3. in 5. letom. TVORBA: Konico jezika prislonimo na sprednji del trdega neba (kot pri glasu L). Konica jezika vibrira, se trese. VAJE: Če otrok ne izgovarja glasu R, delamo vaje za izboljšanje motorike jezika. ASOCIACIJA: Brnenje motorja: RRRRR ...
Š		STAROST: Glas Š otrok usvoji med 3. in 5. letom. TVORBA: Konica jezika je blizu zgornjih dlesni, vendar se jih ne dotika. Tvorimo priporo, skozi katero uhaja zrak. Stranski deli jezika so v stiku s stranskimi zornjimi zobmi. Ustnice so zaokrožene, oblikovane v šobo. Glas Š je nezveneč, glasilki ne vibrirata. VAJE: Če otrok ne izgovarja glasu Š, delamo vaje za izboljšanje motorike jezika, ustnic (šoba) in vaje za izboljšanje izpiha. ASOCIACIJA: Podimo kokoši: Š – Š – Š ...

ž		STAROST: Glas ž otrok usvoji med 3. in 5. letom. TVORBA: Konica jezika je blizu zgornjih dlesni, vendar se jih ne dotika. Tvorimo priporo, skozi katero uhaja zrak. Stranski deli jezika so v stiku s stranskimi zornjimi zobmi. Ustnice so zaokrožene, oblikovane v šobo. Glas ž je zveneč, glasilki vibrirata. VAJE: Če otrok ne izgovarja glasu ž, delamo vaje za izboljšanje motorike jezika in ustnic (šoba). ASOCIACIJA: Žagamo: žžžžž ...
č		STAROST: Glas č otrok usvoji med 2. in 5. letom. TVORBA: Konico jezika pristonimo na zgornje dlesni in ustvarimo zaporo (kot pri glasu T), nato izdišni zrak prebije zaporo in tvorimo priporo (kot pri glasu š). Glas č je nezveneč, glasilki ne vibrirata. VAJE: Če otrok ne izgovarja glasu č (izgovorimo kot Tš), delamo vaje za izboljšanje motorike jezika. ASOCIACIJA: Vlak: čšč – čšč – čšč ...

* Slikovno gradivo je vzeto iz <http://speechymusings.com/>.

¹ Če položimo roko na vrat, na nivo glasilk, čutimo vibracije.

Posamezne glasove tvorimo na točno določenem mestu in s točno določenim delom govornega aparata (artikulatorjem). Če ima otrok težave z izgovarjavo določenega glasu, je smiselno, da dela tiste vaje, ki vključujejo aktivnost tistega dela govornega aparata, s katerim proizvajamo dotični glas.

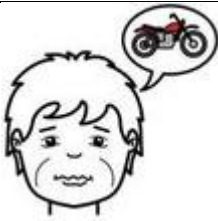
Primer: Otrok ne izgovarja glasu /b/. Delamo vaje za ustnice in čeljust. Zakaj? Ko izgovorimo glas /b/, so pri tem aktivno vključene ustnice in čeljust.

VAJE ZA IZBOLJŠANJE MOTORIKE ARTIKULATORJEV

Vaje izvajajte večkrat dnevno po nekaj ponovitev. Vaje izvajajte pred ogledalom. Najprej poskusite vajo izvesti sami, brez prisotnosti otroka, da mu jo boste lahko kasneje pravilno demonstrirali. Otroku vajo pokažite, nato naj se pogleda v ogledalo in vajo izvede. Vaje so bolj učinkovite, če jih izvajamo skupaj z glasovi, zvoki ...

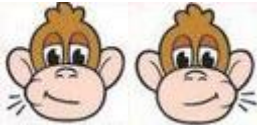
VAJE ZA IZBOLJŠANJE MOTORIKE USTNIC

VAJA	NAMEN
Pošiljanje poljubčkov. Ustnice našobimo in pošljemo poljubček. Še posebej za glasove: Š Ž Č O U 	Tvorjenje šobe.
Z ustnicami oblikujemo šobo in jih premikamo levo desno. Še posebej za glasove: Š Ž Č O U 	Tvorjenje šobe.
Posnemanje sirene reševalnega vozila: I – U – I – U – I – U ... Še posebej za glasove: Š Ž Č O U S Z C I 	Tvorjenje šobe in nasmeha. Koordinacija ustnic med 2 različnima giboma.
Posnemanje osla: I – A – I – A – I – A ...	Koordinacija med 2 različnima giboma.
Žvižganje. 	Tvorjenje šobe. Izpih zraka.
Držanje sladoledne palčke/ bobi palčke / slamice / svinčnika med ustnicami in nosom. 	Tvorjenje šobe. Moč ustnic. Ustnična zapora.
Prenašanje piškotov, jabolčnih krljev ... z ustnicami iz enega krožnika na drugega.	Tvorjenje šobe. Moč ustnic. Ustnična zapora.
Posnemanje brnenja avtomobila (tresenje ustnic, jezik je skrit v ustih): BRRRRR ... Še posebej za glas: R	Občutenje vibracije na ustnicah.

	
Posnemanje brnenja motorja (tresenje ustnic, jezik je med ustnicami): BRRRR ... Še posebej za glas: R	Občutenje vibracije na ustnicah in jeziku.
Zgornje zobe prislonimo na spodnjo ustnico. Še posebej za glasova: F V	Občutenje spodnje ustnice.

VAJE ZA IZBOLJŠANJE MOTORIKE JEZIKA (glasovi J T D N L R S Z C Š Ž Č)

VAJA	NAMEN
DRŽIM ROZINO Odpremo usta, izplazimo jezik iz ust in ga zadržimo 10 sekund, zapremo usta. Ko otrok izplazi jezik, mu lahko na konico jezika položimo rozino, ki jo mora zadržati, preden jo odnese v usta.	Kontrola jezika.
DOTAKNI SE NOSU/BRADE Odpremo usta, oblikujemo jezično konico in se z jezikom poskušamo dotakniti nosu ali brade, zapremo usta. Še posebej za glasove: T D N J L R 	Kontrola jezika v navpični smeri, povečanje moči jezika, dvig jezične konice.
PODPIRAMO NEBO Odpremo usta, oblikujemo jezično konico in jo postavimo za zgornje zobe. Zadržimo 10 sekund. Zapremo usta. 	Kontrola jezika, povečanje moči jezika.
URA TIKTAKA Odpremo usta. Oblikujemo jezično konico in jo postavimo v desni kotic ust. Jezik premaknemo do levega kotička ust, ne da bi se pri tem dotikali zgornje ali spodnje ustnice in/ali zob. Jezik naj od desnega do levega kotička potuje 'po zraku'. Naredimo nekaj ponovitev. Zapremo usta.	Povečanje kontrole nad gibi jezika v vodoravni smeri.
BRIŠEMO ZOBE Odpremo usta. Oblikujemo jezično konico in oblikujemo zgornje zobe po zunanji strani: levo, desno, levo, desno ... Ponovimo še po notranji strani zob. Zapremo usta. Še posebej za glasove: T D N L S Z C	Povečanje kontrole nad gibi jezika v vodoravni smeri in dvig jezične konice.

	
BRIŠEMO USTNICE Oblikujemo jezično konico in oblizujemo zgornjo ustnico: levo, desno, levo, desno ... Ponovimo še po spodnji ustnici. Še posebej za glasove: S Z C L R 	Povečanje kontrole nad gibi jezika v vodoravni smeri.
LIŽEMO MARMELEDO Oblikujemo jezično konico in krožno oblizujemo zgornjo in spodnjo ustnico, kot bi želeli iz ustnic polizati marmelado.	Povečanje kontrole nad krožnimi gibi jezika, dvig jezične konice.
UMIVAMO ZOBE Oblikujemo jezično konico in krožno oblizujemo zgornje in spodnje zobe najprej po zunanji strani in potem še po notranji strani. 	Povečanje kontrole nad krožnimi gibi jezika, dvig jezične konice.
LIŽEMO BONBON Oblikujemo jezično konico in pobožamo levo in desno lice, kot da bi lizali bonbon. Ustnice so pri tem tesno skupaj in tvorijo zaporo. 	Povečanje kontrole jezika in moči jezika.
DOTAKNI SE ... S palčko/prstom/slamico se dotaknemo ustnice. Otrok naj se istega mesta dotakne z jezikom. 	
ŽABA LOVI MUHO Jezik izplazimo iz ust, oblikujemo jezično konico, ga usmerimo navzdol in dvignemo jezično konico. Z jezikom navidezno poskusimo zajeti kroglico. Otroku lahko damo prispodobo žabe, ki ujeme in poje muho. Še posebej za glasove: L R Š Ž Č	Povečanje kontrole nad jezikom, dvig jezične konice.
TIKTAKAMO KOT URA Posnemamo tiktakanje ure. Čim hitreje izgovarjamo TIK TAK TIK TAK ... Še posebej za glasova: T K	Povečanje koordinacije jezika, izmenjavanje delovanja jezične konice in jezičnega korena. Pri glasu T se giba konica jezika, pri glasu K pa koren jezika.
POSNEMAMO KONJIČKA Tleskamo s konico jezika. Najprej enakomerno. Ko otrok zmore enakomerno tleskati z jezikom, se lahko igramo z ritmom (enakomerno, počasi, hitreje ...). Še posebej za glas: L	Povečanje kontrole nad jezično konico in ustvarjanje pritiska med jezikom in trdim nebom.

	
ŽABA POSKAKUJE Posnemamo skakanje žabe in čim hitreje izgovarjamo: DEGA DEGA DEGA ... Še posebej za glas: R	Dvigovanje jezične konice in korena jezika. Če vajo izvajamo dovolj hitro, lahko slišimo, da se D spremeni v enovibranten R.
ŽOGA SKAČE PO STOPNICAH Čim hitreje izgovarjamo: 1: T D T D T D 2: TD TD TD 3: TDI TDI TDI 4: TDN TDN TDN Še posebej za glas: R	Dvakratno zaporedno dvigovanje jezične konice. Če glas T in D izgovorimo skupaj in dovolj hitro, jezična konica zavibrira (glas R).
POSNEMAMO GOVOR VESOLJČKOV Razširimo jezično konico in jo čim hitreje premikamo naprej in nazaj, pri čemer drsamo po napeti zgornji ustnici (labramo). Vaja se sliši kot izgovarjanje: LRLRLRL ... Ko otrok usvoji labranje z zgornjo ustnico, delamo enako po zgornjem zobnem loku in na koncu še tik za zobmi. Še posebej za glas: L R	Povečanje koordinacije jezika, dvig jezične konice, povečanje hitrosti gibov jezika.

VAJE ZA IZBOLJŠANJE MOTORIKE MEHKEGA NEBA (K H G)

VAJA	NAMEN
Široko glasno zazehamo. Na začetku se sliši tih HHH, proti koncu pa HHHAAA. 	
Zapremo usta in dihamo skozi nos (globoki vdihi in izdihi). Dihamo najprej počasi in dolgo, potem kratko in hitro. Če pod nos postavimo prst, bomo občutili toplo sapo; če pod nos postavimo ogledalce, se bo zarosilo.	
Predstavljamo si, da nas zebe v roke in jih želimo ogreti. Pihnemo vanje, da se sliši HHH. Izpihi naj bodo najprej kratki, potem dolgi.	Uvula in koren jezika tvorita ožino.
Posnemamo medveda, ki smrči skozi nos. Zrak potegnemo skozi nos in v njem čutimo vibracije.	
Posnemamo medveda, ki smrči skozi usta. Zrak potegnemo skozi usta in čutimo vibracije.	
Posnemamo grgranje.	Mehko nebo in koren jezika tvorita slišen stik.

Posnemamo kašljanje.	Mehko nebo in koren jezika tvorita slišen stik.
Posnemamo pasje dihanje. Položimo roko na trebuh (trebuh se mora med 'sopenjem' premikati). Delamo kratke in intenzivne vdihe in izdihe.	Dihanje s trebušno prepono. Mehko nebo in koren jezika tvorita ožino.
Smejimo se kot škratki. Položimo roko na trebuh (trebuh se mora med smejanjem premikati) in se odsekano smejimo, pri čemer zadnjo ponovitev podaljšamo: HA HA HAAA, HE HE HEEE, HI HI HIII, HO HO HOOO, HU HU HUUU ...	
Srkamo vodo iz kozarca, pijemo po slamici, prenašamo papir/vato/cofke iz enega krožnika na drugega. Pazimo, da ves čas srkamo in ne zamašimo slamice z jezikom.	

VAJE ZA IZBOLJŠANJE MOTORIKE SPODNJE ČELJUSTI

Odpiramo in zapiramo usta.
Premikamo spodnjo čeljust levo desno.
Spodnje zobke postavimo pred zgornje in s tem premikamo spodnjo čeljust naprej nazaj.
Krožimo s spodnjo čeljustjo.
Posnemamo žvečenje (pretiravamo z gibi).
Žvečimo (pretiravamo z gibi). Lahko uporabimo tršo in bolj gumijasto hrano – zahteva večjo aktivnost žvečenja.

PIHALNE VAJE (S Z C Š Ž Č)

Pihalne vaje usmerjajo zračni tok na sredino jezika. Pazimo, da ob pihanju ne napihnemo lic, ampak da pihamo skozi našobljene ustnice.

Pihanje milnih mehurčkov.
Pihanje v vetrnico.
Pihanje listov/vate/papirčkov/perja/pink ponk žogic/stiropornih kroglic/plastičnih lončkov/cofkov/kapljič/regratovih lučk/vroče hrane in pijače ... Lažja kot je stvar, ki jo pihamo, manjšo moč izpiha potrebujemo, zato začnemo z lažjimi predmeti, kasneje pa lahko pihamo tudi težje.
Podajamo si vato/cof ... z daljšimi izpihi na FFFF, HHH, ali kratkimi in sunkovitimi izpihi P, T, K.
Pihamo plamen pri sveči – kratko in sunkovito, da ugasne ali pa blago in enakomerno, da se plamen nagne, vendar pri tem ne ugasne.
Pihanje v slamico (najprej kratko in debelo, kasneje daljšo in tanjšo) v vodo/tekočino, tekoče barve na papirju, milnico ... V vodo lahko položimo plutovinaste zamaške/papirnate ladjice ... S slamico pihamo v liste/vato/papir/pink ponk žogico/cofke ...
Posnemamo sikanje kače – enakomeren dolg izpih: SSSSS (roko položimo na trebuh, trebušna prepona je aktivna, stisnemo trebušne mišice) in sunkoviti kratki izpihi: S S S (roko položimo na trebuh, trebušna prepona je aktivna, stiskamo trebušne mišice, trebuh se premika). Enako lahko delamo še z glasovi Š, C in Č.
Jezik oblikujemo v žleb. Stranska dela jezika se dotikata zgornji stranskih zob. Skozi nastal žleb izpihnemo zrak.



Pihanje balonov.

Še nekaj primerov pihalnih vaj (igra!):

Pazimo, da pihamo skozi našobljene ustnice in brez zračnih balončkov v licih!

**Vir slikovnega gradiva: Pinterest*





KDAJ K LOGOPEDU?

Vir: <https://www.logopedskikoticek.si/2017/03/20/motnje-izreke-glasov/>

- Če otrok **med 3. in 4. letom**:
 - ne izgovarja glasov K, G, H, L ali jih zamenjuje z drugimi glasovi;
 - nepravilno izgovarja določene glasove (medzobna izgovarjava glasov – jezik uhaja med zobke – pogosto pri sičnikih in/ali šumnikih ter glasovih T D L);
 - dopustna so razvojna odstopanja pri izgovarjavi sičnikov in šumnikov ter tudi nadomeščanje glasu R z glasom L.
- Če otrok **med 4. in 5. letom**:
 - nepravilno izgovarja katerikoli glas razen sičnikov, šumnikov in glasu R;
 - dopustna so razvojna odstopanja pri izgovarjavi sičnikov, šumnikov in glasu R.
- Če otrok **pri 5. letih**:
 - nepravilno izgovarja katerikoli glas. Do 5. leta naj bi otrok vse glasove izgovarjal pravilno.

ŠE VEČ O RAZVOJU KOMUNIKACIJE, GOVORA IN JEZIKA OTROK

Spodaj se nahaja nekaj spletnih strani, ki so jih v okviru študija oblikovale študentke magistrskega študijskega programa logopedija in surdopedagogika. Na njih najdete uporabne razlage, napotke, **aktivnosti** ... vezane na razvoj komunikacije, govora in jezika otrok.

LOGOPED: <http://kdojelogoped.splet.arnes.si/>

- Opis logopeda, delovna mesta;
- otroci, razvoj govora in jezika (mejniki, opozorilni znaki za obisk logopeda), govorno-jezikovne težave, aktivnosti za otroke ...

OD ZMEDE DO BESEDE: <https://odzmededobesede.splet.arnes.si/>

- Razvoj komunikacije, govora in jezika (RKGJ) po starostnih obdobjih, ideje za spodbujanje RKGJ in napotki, kdaj obiskati logopeda;
- katere so predopismenjevalne veščine, ki naj bi jih otrok usvojil pred vstopom v šolo ter kako jih spodbujati,
- kako do logopeda;
- ideje, aktivnosti za otroke (Še posebej uporabno: video prikaz nekaterih vaj za urjenje motorike govoril!) ...

LOGOPEDKE: IGRE ZA IZBOLJŠANJE FONOLOŠKEGA ZAVEDANJA OTROK: <http://logopedke.splet.arnes.si/>

- Razvoj igre,
- fonološko zavedanje, razvoj glasov, razvoj fonoloških veščin, fonološki procesi,
- napotki za spodbujanje fonološkega zavedanja otrok,
- kotiček z aktivnostmi za otroke ...

In še zelo uporabna spletna stran logopedinj, Anje Bolarič in Sabine Cirman, na kateri je ogromno informacij in zanimivih idej za spodbujanje govorno-jezikovnega razvoja otrok.

LOGOPEDSKI KOTIČEK: <https://www.logopedskikoticek.si/>

- Govorno-jezikovni razvoj,
- ideje in nasveti (knjižni kotiček, igralni kotiček, nasveti),
- tema meseca ...