

ARTIKULIACINIO APARATO LAVINIMAS

Viena iš sėkmingos vaiko kalbos plėtotės sąlygų yra normaliai išsivystę kalbos mechanizmai. Vaikui gimus, receptoriai ir artikuliacinis aparatas fiziologiškai susiformavę, bet naudojami tobulėja vėliau. Palankiomis sąlygomis augantis vaikas dažniausiai išmoksta kalbėti įvairiomis aplinkybėmis bendraudamas su suaugusiuoju. Pirmiausia kartoja suaugusiojo žodžių tarimą. Vėliau išmoksta jungti žodžius į sakinius, ir pagaliau atsiranda sąvokos.

Kalbos ugdymui ir taisyklingos tarties mokymui reikalingas išlavėjęs artikuliacinis aparatas, kuriam priklauso lūpos, liežuvis, apatinis žandikaulis, minkštasis gomurys. Šių organų judesių tikslumas, jėga, sklandumas vystosi palaipsniui, vystantis vaiko kalbai. Kai vaikas išmoksta kontroliuoti savo kalbos padargus, žino jų padėtį tariant atitinkamus garsus, greičiau išmoksta taisyklingai tarti žodžius kalbos sraute. Pagrindinius artikuliacinio aparato judesius lavinti padeda artikuliacinė mankšta. Jos tikslas – išmokti tam tikrus artikuliacinio aparato organų judesius, reikalingus taisyklingam garsų ištarimui.

Pratimus atlikti kasdien po 3-5 minutes, 2-3 kartus per dieną. Iš pradžių lėtai, prieš veidrodį. Vėliau, kai judesiai tampa tikslesni ir atliekami pakankama amplitude, galima daryti ir be veidrodžio. Nereikėtų vaikams pateikti daugiau 2-3 pratimų iš karto. Atliekant pratimus reikia laikytis nuoseklumo, eiti nuo paprasto prie sudėtingesnio. Mankštą praveisti emociškai, žaidimo forma. Iš atliekamų dviejų - trijų pratimų naujas turėtų būti tik vienas. Kiti du pateikiami įtvirtinimui. Jei vaikas kokį nors pratimą atlieka nepakankamai gerai, verčiau tobulinti seną pratimą, nei mokytis naują.

Artikuliacinė mankšta atliekama patogiai sėdint, tiesia ir neįsitempusia nugara, rankos ir kojos ramios, be pašalinių judesių. Vaikas turi gerai matyti ir suaugusiojo, ir savo veidą, kad galėtų savarankiškai kontroliuoti atliekamų judesių taisyklingumą. Todėl vaikas ir suaugusysis turi sėdėti prieš sieninį veidrodį. Arba vaikas gali naudotis mažu rankiniu veidrodėliu, tačiau tada suaugusysis turi sėdėti veidu į vaiką. Darbas vyksta tokia seka: suaugusysis žaidimo forma papasakoja apie būsimą pratimą; pademonstruoja jo atlikimą; pratimą atlieka vaikas, kontroliuojamas suaugusiojo. Suaugusysis, vedantis artikuliacinę mankštą, turi stebėti vaiko atliekamų judesių kokybę: tikslumą, tempą, sklandumą, išsvermę, perėjimą nuo vieno pratimo prie kito. Taip pat svarbu stebėti, kad judesiai būtų atliekami simetriškai tiek į vieną, tiek į kitą veido pusę. Priešingu atveju artikuliacinė mankšta nepasieks savo tikslo. Pradžioje, atliekant judesius, galime pastebėti vaiko artikuliacinių organų įtampą. Pamažu įtampa turėtų praeiti, judesiai tapti laisvesni ir labiau koordinuoti.

Artikuliacinės mankštos atlikimo metu nepamirškime apie gerą vaiko emocinę savijautą. Negalima sakyti vaikui, kad jis neteisingai atlieka pratimą – kitą kartą jis gali iš viso atsisakyti daryti. Geriau pagirti vaiką, pasidžiaugti jo pasiekimais (“Matai, tu jau gali padaryti platų liežuvį”), jį paskatinti (“Nieko tokio, tavo liežuviukas būtinai išmoks pažiūrėti aukštyr”).

Artikuliacinio aparato lavinimo pratimų yra labai įvairių. Juos galima atlikti ne tik logopedinių užsiėmimų metu bet ir namie, žaidžiant su vaiku. Galima sugalvoti savo netradicinių artikuliacinių mankštelių su istorijomis, eilėraštukais.

Lūpų pratimai:

- Pakaitom išsižioti ir susičiaupti.
- Lūpas ištempti į šonus (šypsnelė). Tokią lūpų padėtį išlaikyti kol suskaičiuojama iki 5.
- Lūpas atkišti į priekį (dūdelė). Kol suskaičiuojama iki 5.

- Abu pratimus daryti pakaitomis: lūpas ištempti į šonus ir atkišti į priekį. Pratimą daryti pravertomis lūpomis, ilgai tariant ū-y, paskui tyliai sučiauptomis lūpomis.
- „Žandų pūtimas“. Kuo daugiau žandukai pripučiami oro, tuo stipriau suspaudžiamos lūpos. Žandai pučiami palaipsniui per nosytę, kol visai prisipildo ir įsitempia.
- „Senelės kalba“. Viršutinę ir apatinę lūpas įtraukti kiek galima labiau į burnos vidų. Esant tokiai lūpų padėčiai bandyti kalbėti.
- „Kreivalūpių šeimynėlė“. Žaidimo tema pasirenkama laisvai. Tai gali būti pokalbis tarp tėvo, mamos ir dukters kreivalūpių. Žaidimo esmė ta, kad kalbėti reikia perkreiptomis lūpomis.
- „Donaldukas“. Tarp lūpų įdedami popieriaus lapeliai. Užduotis: suspausti lūpas, kad lapeliai neiškristų. Lūpomis papsėti kelis kartus.
- „Snapelis“. Mažus maisto gabalėlius – razinas, riešutus, obuolio, banano, mandarino gabalėlius be rankų paimti lūpomis ir perkelti iš vienos lėkštės į kitą.
- „Grožio salonas“. Vaiko veidas išmarginamas kremo taškeliais. Jei dėmesys skiriamas veido raumenų mankštinimui, tuomet prašysime, pajudinti tą veido dalį, ant kurios uždėtas taškelis. Priemonės: kremas, veidrodis, vatos gabalėlis.
- „Smaližiautojas“. Saldumynas užtepamas ant lūpų ir prašoma nulaižyti. Užtepti galima ant abiejų lūpų ar ant vienos. Pabaigoje liežuvio nuvalomi dantukai. Galima užrišti akis ir nulaižius lūpas, pasakyti, kuo jos buvo išteptos. Priemonės: medus, uogienė, jogurtas, kt.
- „Bučinukas“. Vaiko lūpos išdažomos spalvotu vazelinu ar lūpų dažais. Tuomet prašoma įvairiomis lūpų formomis pridėti ant popieriaus lapo antspaudėlių.
- „Padaryk kaip aš“. Dviems žaidėjams išdažomos lūpos. Vienas tam tikra lūpų forma padeda anspaudą ant popieriaus lapo. Kitas turi padėti lygiai tokį patį. Vaikai gali padėti padaryti vienas kitam tokią pačią lūpų formą.
- „Aprenk lėlę“. Ant stalo išdedami popieriniai drabužėliai ir popierinė lėlė. Žaidėjas, laikydamas burnoje šiaudelį ir įtraukdamas per jį orą, turi aprengti lėlę. Temos gali būti įvairios: apranga vasarą, žiemą ir kt. Taip pat galima sugalvoti ir kitokių užduočių – papuošti eglutę žaisliukais – dedant tuo pačiu būdu ant eglutės trafareto iškirptus popierinius spalvotus skrituliukus.
- Žaidimas su šešėliais. Ant stalo išdėliojami įvairūs spalvoti paveikslėliai: žvėreliai, drabužėliai, baldai ir kt. greta padedami šių paveikslėlių šešėliniai atvaizdai. Šiaudelio ir oro traukimo būdu vaikas turi sugrupuoti figūreles ir jų šešėlius.
- „Paršelis“. Lūpos atkišamos į priekį. Viršutinė lūpa keliama kiek galima aukščiau, kad tarp jos ir nosies būtų galima horizontaliai paguldyti pieštuką, ir kad šis nenukristų. Pratimas lengvesnis tuomet, kai pieštukas storesnis.
- „Mentelės supimas“. Mentelės galas laikomas tarp lūpų. Jos labai lūpomis suspausti nereikia. Svarbu, kad lūpų judesiais vaikas galėtų mentelę supti vertikaliai. Jei vaikas labai mažas, mentelė neturėtų būti ilga. Ant mentelės galima uždėti vatos gabaliuką, kad šis nuo supimo nukristų.

Liežuvio pratimai:

- Iškišti platų liežuvį iš burnos. Laikyti nejudinant, kol suskaičiuojama iki 5.
- Platų liežuvio galiuką atrempti į apatinius dantis. Laikyti kol suskaičiuojama iki 5 (blynas).
- „Supynės“. Liežuvio galiuką atrempti pakaitom į viršutinius ir į apatinius dantis iš vidaus.
- „Valom dantukas“. Liežuvio galiuku braukti per apatinius dantis iš vidaus pusės. Judesiai daromi iš vienos pusės į kitą. Apatinis žandikaulis nejuda.
- Pakaitom daryti platų ir siaurą liežuvį.
- Liežuvio galiuku bandyti „pasiiekti“ nosytės galiuką - liežuvėlis į viršų ir bandyti „pasiiekti“ smakriuką – liežuvėlis į apačią.

- Judinti liežuvį į kairę ir į dešinę puses (burnoje ir iškišus iš burnos).
- Plačiai išsižioti ir sukti liežuvį ratu.
- Pričiulpti liežuvį prie viršutinių dantų ir išsižioti bei susičiaupti.
- Kišti liežuvį pro mažą tarpelį tarp dantų.
- Liežuvio galiuku aplaižyti lūpas (siekiant nevalingo tokio liežuvio judesio – lūpas ištepti medumi).
- Išsižiojus platų liežuvį pakelti ant viršutinės lūpos ir nuleisti ant apatinės.
- Iškišti liežuvį ir padaryti griovelį.
- Plakti liežuvio galiuku į viršutinių dantų alveoles (t–t–t).
- Liežuvį laikyti ramiai ir bandyti kalbėti jo nejudinant.
- Pabandyti išlaikyti ant užriesto liežuvio galiuko pieštuką ar kitą kokį nesunkų pagaliuką (liežuvis iškištas laukan).
- „Riešutėlis“. Suaugęs duoda vaikui riešutą. Užduotis: liežuvium kuo greičiau pastumti riešutą burnoje į tą vietą, kurią nurodo suaugęs (į kairį skruostą, į dešinį, paslėpti po liežuvium, paslėpti užriečiant liežuvį į viršų ir kt.). Vietoje riešuto galima naudoti razinas. Liežuvium galima skaičiuoti, kiek burnoje yra razinų ar riešutų.
- „Liežuvio kova“. Suaugęs įkiša vaikui į burną mentelę. Vaikas bando liežuvium išstumti burnoje esantį svetimkūnį.
- „Supuoklės“. Liežuvis iškišamas laukan. Suaugęs ant jo galiuko padeda kokį nors smulkų valgomą daiktą: raziną, riešutą, mažą makaroną, vafelinį paplotelį ar kt. Vaikas atsargiai, kad uždėtas daiktas nenukristų, sukinėja liežuvį į kairę, dešinę puses.

Šalčininkų r. Eišiškių lopšelis-darželis „Žiburėlis“ logopedė Dorota Verseckienė siūlo tokią netradicinę ir labai žaismingą artikuliacinę mankštelę:

Artikuliacinė mankšta „Peliukas Dantukas“

Prieš artikuliacinę mankštą tėvams ir vaikams išdalinami paveikslėliai su gyvūnais ir paukščiais, kurie išvardinti tekste.

Pačiame miško viduryje gyvena peliukas vardu Dantukas. Visi žvėreliai jį vadino taip dėl to, kad jo priekiniai dantukai visada buvo matyti, net tada kai jis uždarydavo burnytę (*uždedame priekinius dantis ant apatinės lūpos*). Peliukas labai mėgo dainuoti ir dažnai rengė koncertus ant miško scenos visiems gyvūnams. Šiandien peliukas taip pat ruošiasi koncertui. Anksti atsikėlė ir ruošėsi išeiti iš savo narvelio: išsivalė dantukus (*liežuvium valome viršutinius ir apatinius dantis iš vidinės pusės*), suvalgė pusryčius (*imituojame kramtymą*) ir atsigėrė daug vandens (*imituojame gėrimą*). Išlindo iš urvelio (*plačiai atidaryta burna iškišame smailų liežuvį*), pasižiūrėjo į kairę pusę (*liežuvio galiuku siekiame kairįjį lūpų kamputį*), po to į dešinę pusę (*liežuvio galiuku siekiame dešinį lūpų kamputį*) ir po truputį judėjo miško scenos link (*pratimas liežuvium „Arkliukas joja*). Atėjęs prie scenos peliukas Dantukas pakėlė savo galvą į viršų, kad pasižiūrėti kiek atskrido paukščių jo pasiklausyti (*plačiai išsižioję siekiame liežuvium pirmiau viršutinę lūpą, po to liežuvį keliame link nosies*).

Vaikai, kurie turi gyvūnų ir paukščių paveikslėlius kartu su mamytėmis imituoja jų garsus.

Atskrido:

- pelėda (uhu-uhu)
- gegutė (ku-ku)
- genys (tuk-tuk)
- gandras (kle-kle)

Po to peliukas pasižiūrėjo į apačią (*liežuvį dedame ant apatinės lūpos, po to iškišame labiau link smakro*),
juk įdomu kokie žvėreliai susirinko jo pasiklausyti?

Pamatė:

- varlytę (kva-kva)
- antį (kre-kre)
- kатыtę (miau-miau)
- vištą (ko-ko-ko)
- gaidį (kukariekū)
- karvę (mū-mū)
- šuniuką (au-au)
- avį (be-be)
- kiaulytę (kvi-kvi)

Visi nekantriai laukė, kada peliukas pradės dainuoti. Iš pradžių peliukas dainavo (čia galima pasirinkti kokie garsai mums yra aktualūs):

- ssssssss
- zzzzzzzz
- ššššššššš
- žžžžžžžžž

O po to visi gyvūnai pritarė peliukui ir dainavo kartu (*kartojame, ką „dainavo“ peliukas*). Koncertas pasibaigė, peliukas Dantukas nusilenkė ir visiems siuntė oro bučinius (*siunčiame oro bučinius*).

Daugiau artikuliacinių mankštų lietuvių kalba:

<https://www.youtube.com/watch?v=NPN6Xztw8Bk>

<http://maziejisnekoriai.blogspot.lt/2011/09/artikuliacine-mankstele-video.html>

<http://www.elogopedai.lt/2011/09/05/linksma-liezuvelio-mankstele/>

<https://www.youtube.com/watch?v=HD74XUG6RIg>

<http://www.logopediniai.pratimai.lt/index.php?page=garsas-r>

<http://www.elogopedai.lt/tag/liezuvio-mankstos-pratimai/>

<http://www.elogopedai.lt/2010/10/09/zaisminga-artikuliacine-manksta/>

<http://www.elogopedai.lt/2010/09/27/parengiamieji-pratimai-mokant-tarti-garsus-1/>

<http://vilniauslogopedai.wixsite.com/vilniauslogopedai/artikuliacin-mankta>

Daugiau artikuliacinių mankštų rusų kalba:

<http://maziejisnekoriai.blogspot.lt/2011/09/artikuliacine-mankstele.html>

<https://www.youtube.com/watch?v=zZJydK2Qx20>

<https://www.youtube.com/watch?v=ah-UdyTbDT8>

<https://www.youtube.com/watch?v=sGUaKu15Iks>

<http://логопед-класс.рф/index.php/artikulyacionnaya-gimnastika.html>

<http://rearchildren.ru/rech/artikulyacionnaya-gimnastika-dlya-detej/>

<http://www.7ya.ru/article/Zaryadka-dlya-yazychka-artikulyacionnaya-i-dyhatelnaya-gimnastika-dlya-malyshej/>

Parengė logopedė Rita Galuško, Visagino lopšelis-darželis „Ažuoliukas“

Naudota literatūra:

- ✓ A. Garšvienė, R. Ivoškuvienė (1993). Logopedija. Kaunas
- ✓ J. Rapčienė (2008). Garsų mokymas. Kaunas
- ✓ A. Tamošiūnienė (2014). Artikuliacinė mankšta.
<https://www.slideshare.net/aistetamosiuniene7/artikuliacin-mankta>
- ✓ D. Verseckienė (2017). Netradiciniai artikuliacinės mankštos pratimai – ir vaikams, ir tėvams.
<https://www.ikimokyklinis.lt/index.php/straipsniai/dalijames-patirtimi/netradiciniai-artikuliacines-mankstos-pratimai-ir-vaikams-ir-tevams/23521>
- ✓ http://old.silutesazuoliukas.lt/files/zaidimai_ir_pratimai%20liezuvio_ir_lupu_judrumui.pdf
- ✓ <http://www.bukoniumokykla.lt/files/parengiamieji%20pratimai%20garsams%20tarti%20artikuliacine%20manksta.doc>
- ✓ E. Žičkuvienė (2010). Ankstyvojo amžiaus vaikų kalbos raidos ypatumai.
<https://rasyte.kaunas.lm.lt/straipsniai.doc>