

Logopeedia

ARTIKULATSIOONIAPARAADI HARJUTUSED

Lasteaia lapsed

Tiiu Kolk Tartu Tähtvere Lastepäevakodu

Harjutused.

Harjutused on korrektse hääldamise eeltingimuseks; muutes tugevamaks alumise lõualuu, keele, huulte ja põskede lihaseid ning täpsemaks ja paindlikemaks nende liigutusi.

Harjutuste sooritamisel on olulised: täpsus, puhtus (ilma lisaliigutusteta), sujuvus, jõulisus, tempo, fikseeritus, ümberlülituvus ühelt harjutuselt teisele.

Harjutusi on soovitatav teha peegli ees. Peegel aitab lapsel enda liigutusi kontrollida.

Harjutustest on kasu siis, kui ühte liigutust korrata 5- 10 korda järjest (olenevalt lapse individuaalsusest ja vanusest) ja harjutada iga päev.

Harjutusi on lapsel kergem ja huvitavam teha, kui muuta need mänguliseks. Nii rikastame ka lapse sõnavara.

TERE, KEELEKE!

- Saame tuttavaks-

– see on Keeleke!

- Ka meil on kõigil suus

keeleke, mida võime ise,
nii nagu tahame liigutada.

Teeme proovi!

KEELEKESE SEIKLUSED

- Elas Keeleke,

kes läks rändama.

- Lähme ka meie

Keelekesega kaasa.

- Proovime kujutada kõiki neid,

Keda Keeleke kohtab!

Ole püüdlik ja tähelepanelik!

KEELEKE LOOMAAIAS!

- Keeleke otsustas sõita loomaaeda (millega? kellega?).
- Lähme ka meie koos Keelekesega sinna!
- Kas sa tunnud neid, kellega Keeleke kohtub?
- Kirjelda neid loomi ja linde ja püüa nende tegevust suuga jäljendada!

JÕEHOBU – saavutada huulte aktiivne liikuvus.

- Keeleke jõudis loomaaeda ja äkki nägi, et tiigis istub keegi, suur nagu mägi ja teeb oma suu hästi lahti. See oli jõehobu. Mängime ka meie jõehobu.
- 1. Harjutus:
- Teeme suu hästi lahti ja hoiame selles asendis seni, kui loen 5-ni! Nüüd sulgeme suu! Kordame harjutust kuni 5 korda.

KORDA SALMIKEST JÄRELE!

Suu hästi lahti teeme,

jõehobu mängime:

Ajame suu hästi pärani,

nagu näljasel jõehobul.

- Suud enne kinni ei pane,

kuni oleme lugenud mõttes 5-ni!

Siis aga sulgeme suu,

sest jõehobu tahab puhata!

KEELEKE KOHTUB KONNADEGA – harjutus huulte.

- Äkki kuulis Keeleke: “KVAAK-KVAAK!” – need olid ..(konnad).
- Näitame, kuidas konnad naeratasid.
- 2. Harjutus:
- Naeratame, näitame suletud hambaid!
- Hoiame huuli selles asendis 5 – 10 sekundit ja siis toome huuled tavalisse asendisse tagasi.
- Kordame harjutust 3- 5 korda!

LOE SALMIKE !

- Meie oleme lõbusad konnad

Venitame huuled kõrvuni,
Hambad koos end näitavad.

- Venitame huuli ja lõdvestame huuli

ja üldsegi ei väsi!

- Kvaak – kvaak!

Kvaak – kvaak!

KOHTUMINE ELEVANDIGA

- Oi! Kes on see suur ja nii pika ninaga loom?

See on ju ...(elevant).

- Vaata, milline lont elevantil on!
- Ja nüüd hakkab elevant oma londiga vett jooma ja vahepeal teeb ka dušši oma pojale.
- Ta veekest võtab

ja lapsekest kastab.

“ ELEVANDID”- huultele.

- 3.Harjutus:
- Proovime huultega teha samasugust lonti, nagu elevantil oli!
- Surume huuled ette torru, kusjuures lõualuud jäävad paigale,

hambad on kokku surutud.

Hoiame seda asendit 5 – 10 sekundit.

- Kordame harjutust mitu korda.

“MÕNUS DUŠŠ”- saavutada huulte aktiivne liikuvus.

MÄNGIME!

- 4.Harjutus:
- “Keeleke” vaatab kuidas elevantiema võtab londiga vett, joob ja pärast kastab veega poja üle.

- Sissehingamisel tõmbame mängult vett sisse ja väljahingamisel teeme mängult elevandipojale dušši!
- “Tõstame oma “LONDID” üles ja surume “vee” läbi suletud hambaridade välja, kusjuures samaaegselt hingame ka õhu kopsudest välja.”

MADU – tugevdada keelt tema sirutamise ja venitamisega erinevatesse suundadesse!

- Edasi minnes jõudis Keeleke mao juurde. Madu liigutas ennast ja ajas terava keele suust välja.
- 5.harjutus:
- Teeme järele ussi keelt!
- Pikk terav keel liigub suust välja ja tagasi mitu korda järjest.
- Harjutust teha taktis 1-2 ,

1-10 (uss uurib keelega maailma).

HOBUSEMÄNG-arendada keele eesmise ja keskmise osa jõudu ja liikuvust!

- Keeleke näeb, et uhke hobune sõidutab rõõmsalt lapsi.

Ka tema tahab hobusega hoogsalt ja julgelt ratsutada.

- 6.Harjutus:
- Näitame, kuidas Keeleke julgesti ratsutas!
- Naeratame, lai keel imeda lapikult vastu kõva suulage, seejärel lasta naksuga alla suupõhja, alumine lõualuu lasta järsult alla (“kabjaplagin”). Juurde tuua huulte liikumine (naeratus- mossitus) ja laksutada keelega!
- Harjutuse käigus taotletakse suu üha laiemat avamist.

SALMIKE – korda järele!

Lõbus hobuseke olen,

tume nagu šokolaad.

Laksuta keelega kõvast nii,

nagu teevad mu kabjad teel – hi – hii !”

Hoppadi- hopp, hoppadi –hopp,

küll on tore see galopp!

“KAMMIMINE”

- Kui Keeleke hobuse seljast maha ronis,

oli ta soeng kihutades tuules väga sassi läinud.

Keeleke hakkas juukseid

ilusa suure kammiga kammima.

- 7.Harjutus:
- Huuled naeratavad,

keel on hammaste vahel.

- Vedada keelt hammaste vahel

edasi – tagasi,

nagu “kammiksime “ teda

(ülemised lõikehambad kraabivad

keelt edasi- tagasi).

KELL – tugevdada keelt tema liigutamise ja erinevatesse suundadesse, treenida keele külgi.

- Kui Keeleke oli end korrastanud, meenus talle, et on aeg koju minna. Seinal oli suur pendlikell. Pendel kiikus tugevasti – ikka vasakule ja paremale.
- TIKK - TAKK; TIKK – TAKK

NII KIIGUB KELLA PENDLIKE.

- MÄNGIME ME KELLAKEST

JA LIIGUTAME KEELEKEST!

MÄNGIME “KEELEPENDLIT” !

- 8.Harjutus:
- Avada suu, sirutada pikk keel suust välja nii, et see ei toetuks hammastele ega huultele (“vaatame, kui pikk me kella pendel on!”)liigutades teravat keelt ühest suunurgast teise – vasakule ja paremale.
- Lugeda 1-2 või “tikk- takk”
- Korrata harjutust 5-10 korda!
- MÄNGIME ME KELLAKEST

JA KIIGUTAME KEELEKEST.

KOHTUMINE SIILIGA.

- Teel kohtus Keeleke okkalise ja turtsuva siiliga,

kes vudis rohus mööda ringteed,
tehes jooksutrenni kord ühtpidi,
siis teistpidi joostes.

- Näitame, kuidas siil jooksis!
- Korda salmikest järele!
- MUL ON NÕELTEST PARUKAS,

JA URUS SÖÖGIVARUKE,

- OLEN OKKALINE SIIL, PAREM ÄRA ASTU SIINI!

MÄNGIME “SIILIKEST”- arendada keele jõudu ja liikuvust.

- 9. Harjutus:
- Teeme keelega ringikujulisi liigutusi huulte ja hammaste vahel – ühtpidi ja teistpidi keelega liikudes, kusjuures suu on kinni.

LAPSED MÄNGIVAD JALGPALLI.

Keeleke ruttab kiiresti edasi ja näeb, et lapsed mängivad jalgpalli. Ka tema tahtis mängida.

- Korda salmikest järele!
- VÄRAVAHAHT SA OLE HOOLAS,

JÄLGI PALLI HOOLEGA.

- POISID JULGELT PALLI TAOVAD,

SEE VÕIB VÕRKU SATTUDA.

“JALGPALL!”- venitada keele eesmist ja keskmist osa ning arendada vastavate lihaste jõudu.

- 10. Harjutus:
- 1) Pingsa keelega

surume kord ühe, siis teise põse punni nii, et põskedes paisuksid “pallikesed”!

- Sõrmega katsume, kas pall on ikka suur ja tugev.

- 2)NÜÜD PROOVIME KA MEIE PALLI VÄRAVASSE AJADA:
- Sirutame huuled ette torru (pasunaks) ja puhume vatist pallikest mänguvärasse (karpi)-
- - hingame nina kaudu sügavalt sisse ja suu kaudu välja hingates puhume pallikesi (jälgida, et põsed ei paisuks).

KIIKUMA!

- Peale pallimängu tahtis Keeleke kiikuda – ikka üles ja alla kiikus Keeleke kiigel.
- Korda salmikest järele:
- ISTUS KEELEKE KIIGELE

JA LENDAS HOOGA KÕRGELE.

- PEAAEGU PÄIKEST RIIVAS TA,

JA SIIS HOOGA MAANDUS KA!

KEELEGA “KIIKUMINE”- arendada keele eesmise ja keskmise osa jõudu ja liikuvust.

- 11.)Harjutus:
- Naeratada, avada suu!
- Kitsast ja teravatipulist keelt vaheldumisi tõsta ja lasta alla vastu ülemisi ja alumisi alveoole (sobib keeletipu –häälikute hääldusasendi fikseerimiseks).

KALKUN!

- Kui Keeleke kiigelt maha tuli, nägi ta äkki suurt ja värvilist, aga väga vihast kalkuni.
- Kalkun seisis keset õue ja pahandas hirmsasti.
- Korda salmikest!
- OLEN KURI KALKUN MA,

PEITU POE NÜÜD RUTTU SA!

MÄNGIME “KALKUNIT”- Õppida keelt pingutama ja lõdvestama, keelt tõstma ja painutama.

- 12)Harjutus:
- Naeratame, avame suu, tõstame keele ülemisele huulele ja painutame keelt ülespoole, liikudes keelega mööda ülemist huult ette ja taha. Jälgida, et keeletipp puutuks kogu aeg vastu ülahuult! (Selle harjutuse ajal häälitsemine kostub nagu kalkunite kudrutamine.)
- Sobiv harjutus r-i jal-i seadeks!

KEELEKESE KASSIKE.

- Keelekesel oli väga armas kassike, kes armastas väga paisid saada.
- Kui kass aga vihane oli, tõmbas ta oma turja hästi küüru.
- Korda järele!
- MUL ON KODUS KASSIKE;VÄIKE ARMAS KIISUKE.
- ÄKKI SELGA KÜÜRUTASRINGI HÜPPAS, TURTSATAS.
- MEIE KASS ON VIHANE;

ÄRA TALLE LÄHENE!

“VIHANE KASS “- arendada keele eesmise ja keskmise osa jõudu ja liikuvust.

- 13.)Harjutus:
- Keel toerub alumistele lõikehammastele.
- Naeratame, avame suu!
- Kumerdame keeleselga,

aga keele külgmised ääred surume
ülemiste purihammaste vastu
(saame “keeleküüru”).

- Nüüd silitame “kassikest!”
- Keel on “vihase kassi” asendis.

Nüüd surume keelt ülemiste hammastega
ja silume teda keele tipu poole
(suu läheb kinni).

- Kordame harjutusi 5-6 korda!

MEISTRIMEES RÄHN.

- Kodu juures, männipuu otsas trummeldas keegi: tok-tok-tok.....
- See oli imeilus kirju rähn.
- KORDA JÄRELE!
- PUUL ISTUB UHKELT KIRJU RÄHN,

TA TOKSIB VIRGALT NOKAGA.

- TUK–TUK–TUK ja TUK-TUK-TUK:

KÕIKJAL KOSTAB KAJANA.

“RÄHN” – TREENIME KEELETIPU LIIKUVUST JA RÜTMITUNNETUST!

- 14.)Harjutus:
- Naeratame ja avame suu!
- Tõstame keele üles

ja keele tipuga lööme tugevasti
ülemiste hammaste alveoolidele
ja hääldame häälikut –D-D-D-D...
10-20 sekundit – alguses aeglaselt,
siis järjest kiiremini ja kiiremini.

- Jälgida, et “töötaks” ainult keele tipp,

kogu keel ei hüppa!

- Hiljem muudame ka koputamise rütmi:

”D-dd-D-dd; dd-D-dd-D...” (suurt tähte hääldada tugevamini!)