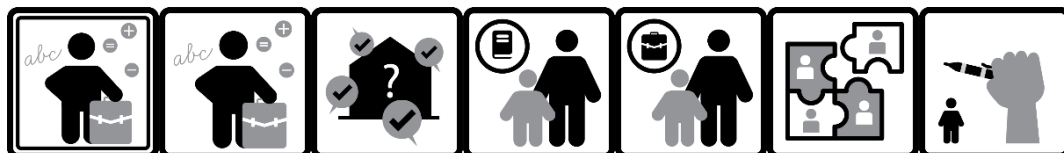


Odborné postupy v pedagogickej a poradenskej praxi

Žiak so sluchovým a mentálnym postihnutím v poradenskom processe (logopedické intervencie)



Kompetenčný rámec:

| | |
|----------------------|--------------------------------------|
| ZARIADENIA | CŠPP, ŠZŠ, ZŠ |
| ODBORNÍ ZAMESTNANECI | špeciálny pedagóg, surdopéd, logopéd |
| VEKOVÁ KATEGÓRIA | 1. stupeň ZŠ |
| FORMA | individuálna |
| VYPRACOVALA | Mgr. Jana Antalová |
| KONZULTANTKA | doc. Mgr. Margita Schmidtová, PhD. |
| DÁTUM | apríl 2022 |

Žiak s viacnásobným (mentálnym a sluchovým) postihnutím v poradenskom procese (logopedické intervencie)

Úvod do problematiky



Mentálne postihnutie (ďalej MP) je stav oneskoreného, stagnujúceho alebo neúplného vývinu intelektu, pre ktorý je charakteristická podpriemerná inteligencia. Narušené sú poznávacie schopnosti (zrak, sluch, myslenie, pamäť, reč). Postihnutie nie je definitívne ukončené, ustálené, nemenné, daný stav sa dá zlepšovať (Bajo, Vašek, 1994).

U detí s viacnásobným (mentálnym a sluchovým) postihnutím je výskyt porúch reči niekoľkonásobne vyšší ako u intaktnej populácie. Okrem zníženej mentálnej úrovne sa na vzniku porúch reči podieľa veľa iných faktorov, napríklad anomálie periférnych artikulačných orgánov (rázštep pery, podnebia, deformácie chrupu) alebo nedostatočná úroveň motorickej koordinácie. Pri viacnásobnej mentálnej a sluchovej poruche sa porucha reči ešte znásobuje. Popri logopedickej starostlivosti venujeme preto veľkú pozornosť sluchovej detekcii, identifikácii, diferenciacii a porozumeniu a tiež zlepšeniu primárnej funkcie úst. Motorike artikulačných orgánov sa venujeme najmä v rámci prípravných cvičení. Realizujeme masáže z radu orofaciálnej stimulácie, stimulácie myopatie, fúkacie cvičenia, rozvíjame motoriku jazyka, pier, podnebnohltanového uzáveru. Pasívne cvičenia by mala matka začať hneď po zistení odlišného vývinu dieťaťa. Vhodné je zároveň podnecovať cielený pohyb pier a jazyka, napr. pomocou rôznych cvičení za pomoci obrázkov, artikulačnej paličky a pod. U detí s narušenou inerváciou jazyka a perí a u detí s Downovým syndrómom môžeme aplikovať orofaciálnu stimuláciu podľa Castilla-Morales (Lechta, 2008).

Artikulácia všetkých hlások je závislá od správnej hybnosti jazyka a perí. Významnú rolu zohrávajú prípravné cvičenia, ktoré sa zameriavajú na dosiahnutie pohyblivosti jazyka a perí. Deti môžu mať rôzne anomálie typu rozličná anatómia, rozsah hybnosti, kvalita tonusu, prípadne iné rastové anomálie súvisiace s uzdičkou jazyka, čo im znemožňuje hybnosť pohyblivých artikulačných orgánov.

Základné princípy



Dieťa s viacnásobným (mentálnym a sluchovým postihnutím) prechádza tými istými vývinovými etapami ako intaktne dieťa, ich kvalita a rozsah sa však môžu líšiť u každého dieťaťa. Vychádzame z identifikovaného stupňa vývinu a odhalených schopností. Na základe zistenia stupňa vývinu v reči a sluchu volíme postup, ktorý zodpovedá vývinu reči a sluchu, ktorý môže byť podstatne na nižšej úrovni, ako je chronologický vek dieťaťa. V niektorých aktivitách, najmä tých, ktoré rozvíjajú sluch a reč, sa môže začínať s cvičeniami pre nižšiu vekovú kategóriu. Naopak, v činnostiach zameraných najmä na zrakovú pamäť a pozornosť môže zvládať úlohy i pre vyššiu vekovú kategóriu. Pri výbere jednotlivých postupov, hier a pomôcok vychádzame z individuálnych možností a schopností dieťaťa a ich použitie konzultujeme s logopédom. Ak zvolíme hry nevhodné z hľadiska vývinu alebo ich vykonávame metodicky nesprávne, môžu mať na rozvoj dieťaťa negatívny vplyv (Roučková, 2006).

Faktory ovplyvňujúce výsledok i proces rehabilitácie:

- včasné stanovenie diagnózy,
- identifikácia motorického vývinu, mentálnej úrovne, sluchových schopností, výskytu pridružených porúch (napr. ADD, ADHD a iných), komunikačných schopností,
- spolupráca s rodinou,
- včas a vhodne zvolený načúvací prístroj/kochleárny implantát,
- včasná rehabilitácia reči a sluchu,
- skúsenosti a schopnosti odborného tímu (Roučková, 2006).





Ciele

Hlavným cieľom je osvojiť si zvukovú, prípadne posunkovú reč.

Čiastkové ciele:

- zvýšiť hybnosť jazyka (končeka jazyka), jeho polohovanie,
- nácvik dýchania na osvojenie reči,
- nácvik fúkacích cvičení,
- nácvik čelustného uhla.

Postup riešenia

S dieťaťom v poradenskom zariadení individuálne pracuje logopéd (surdopéd, špeciálny pedagóg):

1. Rešpektujeme mentálnu úroveň, vývinové úrovne reči a počutia.
2. Zastúpenie cvičení na rozvoj sluchových a rečových, zrakových, hmatových schopností.
3. Skontrolujeme funkčnosť načúvacích prístrojov/kochleárných aparátov.
4. Postupujeme po malých krokoch.
5. Zohľadňujeme individuálne tempo dieťaťa.
6. Rešpektujeme individuálne záujmy dieťaťa a jeho výber aktivít.
7. Úprava výslovnosti napreduje súčasne s rozvojom sémantického slovníka.
8. Pri nácviku reči začíname prípravnými cvičeniami, pokračujeme artikulačnými cvičeniami.
9. Nácvik jednotlivých hlások:
 - prípravné cvičenia – nácvik ústneho obrazu, nácvik polohy jazyka, nácvik výdychového prúdu, nácvik hybnosti artikulačných orgánov, dychové a fúkacie cvičenia,
 - nácvik, fixácia a automatizácia konkrétnej hlásky v slabike, slovách a vo vetách.

V rámci prípravných cvičení:

1. Vychádzame z prvotných funkcií – satie, žuvanie, prehltávanie, fúkanie, mľaskanie, pískanie a z mimických pohybov.
2. Nacvičujeme správne postavenie pier, zubov, motoriku a polohu jazyka.
3. Precvičujeme dýchanie, fúkanie, oblizovanie.
4. Dôležité je niekoľkonásobné opakovanie.
5. Cvičíme cieľavedome v nadväznosti na artikuláciu tej-ktorej hlásky.
6. S cvičeniami jazyka začíname čo najskôr.
7. Využívame hrové cvičenia na rozvoj pohybov jazyka, perí a čeluste.
8. Realizujeme ich systematicky a cieľavedome.
9. Činnosti, ktoré plánujeme realizovať, si vopred premyslíme a pripravíme si potrebné pomôcky.
10. Nájdeme si na cvičenie stabilný čas v rámci denného režimu.
11. Cvičíme každodenne kratší čas (3 – 5 minút).
12. Využívame miestnosť bez rušivých zvukových vplyvov.
13. Cvičenia vedieme pred zrkadlom, aby dieťa mohlo lepšie napodobňovať.
14. Zrkadlo má byť dostatočne veľké, aby dieťa videlo svoju tvár i tvár logopéda.
15. Sedíme na rovnakej úrovni s dieťaťom a musíme byť dobre osvetlení.
16. Ukážeme mu, ako a kde má dať jazyk.
17. Pohyb jazyka vykonávame zároveň s dieťaťom.
18. Využívame napodobňovanie, prípadne používame rôzne pomôcky (špachtle, sondy, ukazovák). Deti nenechávame s nimi pracovať samy, dbáme na bezpečnosť pri ich používaní.
19. Cvičenia hybnosti perí a jazyka, fúkania sprostredkujeme pomocou obrázkov polohy úst a jazyka, imitácie fúkania.
20. Využívame rôzne maňušky, kde môžeme pohybovať jazykom.



21. Vedeeme dieťa k vedomej činnosti s jazykom.
22. Ak dieťa nemá záujem, vyžívame hrové aktivity, pri ktorých si prirodzene precvičí motoriku hovoridiel – olizovanie zmrzliny, lízanky...
23. Ak je pre neho úloha ťažká, dokončíme ju spolu s ním.
24. Dychové cvičenia robíme vo vyvetranej miestnosti bez prachu. Dieťa pri nich musí mať čistý nos.
25. Používame rôzne pre dieťa zaujímavé pomôcky.
26. Na zvýšenie motivácie a uvoľnenia využívame hrové aktivity.
27. Dychové cvičenia obmieňame.
28. U menších detí ich realizujeme častejšie a kratšie.
29. Dodržiavame nadväznosť cvičení od jednoduchších po zložitejšie.
30. Po zvládnutí prípravných cvičení začíname s tvorením hlasu.

Výstup činnosti

Výstupmi z činnosti v poradenskom zariadení sú:

- osobný spis klienta, kde sa zaznamenávajú individuálne logopedické intervencie s logopédom ČŠPP.

Spolupráca



Pediater – skríningovým vyšetrením podchytí sluchovú poruchu, zaostávanie v PSM vývine, odporúča dieťa na ďalšie odborné vyšetrenia.

Psychológ diagnostikuje úroveň intelektových schopností.

Odborní lekári ORL, foniater – diagnostikujú dieťaťu poruchu sluchu, spolu s ušným protetikom pridelujú dieťaťu načúvací prístroj, prípadne ak ide o dieťa s veľmi ťažkými stratami sluchu, odporúča sa kochleárna implantácia.

Keď sa v priebehu diagnostiky objaví podozrenie na potrebu absolvovania špeciálneho neurologického, psychiatrického alebo iného odborného vyšetrenia, tak spoluprácu iniciuje samotný psychológ alebo špeciálny pedagóg poradenského zariadenia.

Rodič realizuje odporúčania logopéda, surdopéda, špeciálneho pedagóga v prirodzenom prostredí svojho domova.

Logopéd diagnostikuje stav reči a základné oblasti rozvíjania reči, na základe čoho v školskom zariadení učiteľ špecifických predmetov (individuálna logopedická intervencia, rozvíjanie komunikačných zručností) nacvičuje a rozvíja správnu výslovnosť a komunikačné schopnosti, realizuje vhodné cvičenia a úlohy.

Úskalia postupu



Veľkou chybou je snaha o nápravu výslovnosti bez dostatočnej slovnej zásoby a porozumenia obsahu slov. Dieťa potom zlyháva na všetkých vyšších jazykových úrovniach. V dôsledku neprimeraných nárokov vzhľadom na schopnosti a možnosti dieťaťa sa veľmi často rozvinie koktavosť (Škodová, Jedlička, 2003).

Čomu sa vyhnúť

- Nedostatku podnetov.
- Používaniu nevhodných hračiek (zvieratká v ľudských šatách), obrázkov s veľkým množstvom detailov.



- Pomôcky a hračky, ktoré používame, nenechávame dieťaťu po cvičení, aby sa s nimi svojvoľne hralo.
- Pri realizácii oromotorických pohybov nejdeme až do krajnosti – nesnažíme sa o maximálny možný rozsah, ale o pokojnú realizáciu.
- Nepredlžujeme stanovené aktivity, aj keď má dieťa o ne záujem.
- Ak je dieťa zaujaté nejakou inou činnosťou, hrou, nasilu ho od nej neberieme na účely cvičenia.
- Dieťa nemá byť len v pasívnej pozícii (dôležitá je výmena rolí).
- Nepreskakujeme žiadne vývinové obdobie.

Doplňujúce informácie

Kvalifikačné predpoklady

Podľa vyhlášky Ministerstva školstva, vedy, výskumu a športu SR č. 1/2020 o kvalifikačných predpokladoch pedagogických zamestnancov a odborných zamestnancov:

- učiteľ špeciálnej základnej školy (uvedené v prílohe č. 1 vyhlášky č. 1/2020),
- školský špeciálny pedagóg (uvedené v prílohe č. 8 vyhlášky č. 1/2020),
- logopéd a školský logopéd (uvedené v prílohe č. 13 vyhlášky č. 1/2020),
- odborný zamestnanec – špeciálny pedagóg (uvedené v prílohe č. 11 vyhlášky č. 1/2020).

Zoznam použitých metód

Metódy, ktoré sa uplatňujú v logopédii:

- metóda cvičenia,
- metóda príkladu (správny rečový vzor),
- metódy reedukácie,
- metódy korekcie,
- metódy rehabilitácie.

Zoznam organizácií:

- ŠZŠ pre žiakov so SP internátna, Ulica ČSA 183/1, Kremnica,
- ŠZŠ so ŠkVP pre žiakov so SP a MP,
CŠPP pri ZŠ pre SP:
- CŠPP pri SŠI, Hrdličkova 17, Bratislava,
- CŠPP pri SŠI, K. Supa 48, Lučenec,
- CŠPP pri SŠI, Československej armády 183/1, Kremnica,
- CŠPP pri SŠ J. Vojtaššáka internátnej, Kláštorská 24/a, Levoča,
- CŠPP pri SŠ P. Sabadoša internátnej, Duklianska 2, Prešov,
- odborná starostlivosť pre žiakov so sluchovým a mentálnym postihnutím je poskytovaná aj v iných poradenských zariadeniach, v ktorých zamestnávajú surdopéda – psychopéda,
- SCŠPP v Kremnici.

Použité zdroje

- BAJO, I. – VAŠEK, Š. 1994. *Pedagogika mentálne postihnutých (Psychopédia)*. 1. vyd. Bratislava: Sapiaientia, 1994. 239 s. ISBN 80-967180-1-0.
- JURANOVÁ, M. – VILINOVIČOVÁ, Ľ. 2007. *Logopédia – učebnica pre sluchovo postihnutých žiakov*. 1. vyd. Bratislava: MIRE, 2007. 160 s. CD – 2007-12898/26437-1:092.
- LECHTA, V. 2008. *Symptomatické poruchy reči u detí*. 2. vyd. Praha: Portál, 2008. 192 s. ISBN 978-80-7367433-5.



- LECHTA, V. – MATUŠKA, O. 1995. *Rozvíjanie reči mentálne retardovaných detí ranného a predškolského veku*. 1. vyd. Bratislava: Invocentrum, 1995. 149 s.
- ROUČKOVÁ, J. 2006. *Cvičení a hry pro děti se sluchovým postižením*. 1. vyd. Praha: Portál, 2006. 152 s. ISBN 80-7367-158-1.
- SCHMIDTOVÁ, M. a kol. 2016. *Teória edukácie žiakov so sluchovým postihnutím I*. 1. vyd. Bratislava: Iris, 2016. 145 s. ISBN 978-80-89726-59-2.
- SCHMIDTOVÁ, M. a kol. 2016. *Teória edukácie žiakov so sluchovým postihnutím II*. 1. vyd. Bratislava: Iris, 2016. 354 s. ISBN 978-80-89726-87-5.
- SHMIDTOVÁ, M. 2020. *Artikulácia – správna výslovnosť nielen pre deti so sluchovým postihnutím*. 1. vyd. Bratislava: Iris, 2020. 340 s. ISBN 978-80-8200-070-5.
- ŠKODOVÁ, E. – JEDLIČKA, I. a kol. 2003. *Klinická logopedie*. 1. vyd. Praha: Portál, 2003. 616 s. ISBN 80-7178-546-6.

Príloha č. 1

Prípravné cvičenia (Juranová, Vilinovičová, 2007) Dychové a motivačné cvičenia (Schmidtová, 2020)

Hláska a

Prípravné cvičenia:

- spúšťame a dvíhame sánku,
- konček jazyka trieme o spodnú peru a smerujeme ho k brade, trieme o hornú peru a smerujeme ho k nosu,
- končekom jazyka striedavo oblizujeme hornú a dolnú peru, kruhovito oblizujeme hornú a dolnú peru a kútiky úst,
- vyplazujeme jazyk dopredu, dopredu bez dotyku zubov a pier, vyplazujeme jazyk striedavo smerom k nosu a brade,
- pohybujeme jazykom striedavo k pravému a ľavému kútiku úst.

Dychové cvičenia:

- otvárame ústa, jazyk leží na dne ústnej dutiny, výdychový prúd smerujeme do dlane dieťaťa a výdychový prúd dieťaťa do našej dlane,
- výdychový prúd mierime na zrkadielko, ktoré sa tým zarosí, na zarosenú plochu môže dieťa kresliť prstom.

Motivačné cvičenia:

- otvárame ústa a zívame *ááááá*,
- vzdycháme *ááááách*,
- vyjadrujeme bolesť *áááá*,
- mávame *pá-pá*.



Hláska ePrípravné cvičenia:

- konček jazyka opierame striedavo o horné a dolné zuby,
- končekom jazyka pohybujeme od pravého kútika k ľavému, striedavo oblizujeme hornú a dolnú peru, kruhovito oblizujeme hornú a dolnú peru.

Dychové cvičenia:

- prerušovaný nádych, prerušovaný výdych,
- plynulý dlhý výdych do dlane, pery rozťahnuté do strán,
- výdychový prúd mierime na zrkadielko, ktoré sa tým zarosí, na zarosenú plochu môže dieťa kresliť prstom.

Motivačné cvičenia:

- ovca bečí *bé-bé*,
- koza mečí *mé-mé*,
- divíme sa *jéé, jéj*.

Hláska iPrípravné cvičenia:

- pohybujeme najprv pravým, neskôr ľavým kútkom úst,
- pri zatvorených ústach pery rozťahneme do úsmevu,
- s pootvorenými ústami rozťahneme pery do úsmevu,
- pri pootvorených ústach nacvičujeme správnu polohu jazyka – konček sa dotýka zadnej steny dolných zubov, chrbát sa oblúkovito vykláňa k tvrdému podnebiu, boky sa pritisnú k okraju podnebnéj klenby.

Dychové cvičenia:

- výdychový prúd mierime na zrkadielko, ktoré sa tým zarosí, na zarosenú plochu môže dieťa kresliť prstom,
- fúkame a pohybom rúk napodobňujeme metelicu,
- fúkame do kúskov kožušiny, ježí sa srst' mačky,
- fúkame do vody rozliatej na stole.

Motivačné cvičenia:

- široko sa smežeme *ííí*,
- smežeme sa *chichichichi*,
- vtáčik spieva *tili, tili, čvirik, čvirik*,
- kôň erdží *íha, ííha, íííha*.

Hláska oPrípravné cvičenia:

- vyplazujeme a vtahujeme jazyk,
- pohybujeme s vyplazeným jazykom k pravému a potom ľavému kútku,
- konček jazyka zasúvame medzi hornú peru a zuby, následne medzi dolnú peru a dolné zuby, zasúvame medzi hornú peru a dolnú peru a zuby,



- zadnú časť jazyka nadvihujeme.

Dychové cvičenia:

- napodobňujeme fujavicu,
- bublifuk,
- odfúknuť vlasov z čela.

Motivačné cvičenia:

- vzdycháme *och, och*,
- divíme sa *ó, ó, ó*,
- pohrozíme *nonono*.

Hláska uPrípravné cvičenia:

- končekom jazyka pohybujeme krúživým pohybom za perami, pohybujeme po podnebí spredu dozadu, dotýkame sa podnebia spredu dozadu,
- nadvihujeme zadnú časť jazyka položeného za dolnými zubami.

Dychové cvičenia:

- fúkanie vetra,
- fúkačí futbal,
- fúkanie imaginárneho balóna.

Motivačné cvičenia:

- sova húka *hú, hú, hú*,
- auto trúbi *tú, tú, tú*,
- krava bučí *bú, bú, bú*,
- vietor fúka *fú, fú*.

Hláska äPrípravné cvičenia:

- opierame konček jazyka striedavo o horné a dolné zuby,
- končekom jazyka pohybujeme od pravého kútika k ľavému, najprv po hornej, potom hornej pere, krúživým pohybom po hornej a dolnej pere,
- vyplazujeme jazyk čo najďalej pod spodnú peru a vťahujeme za dolné zuby.

Dychové cvičenia:

- nácvik cez plynulý výdych,
- plynulý dlhý výdych do dlane, s rozťahnutými perami,
- výdychový prúd smerujeme na malé zrkadielko.

Hláska pPrípravné cvičenia:

- otvárame a zatvárame ústa, spodnú peru nevťahujeme,



- fúkame do prúžku papiera, papierovej guľôčky, aby sa pohybovala alebo aby nespadla.

Dychové cvičenia:

- cvičíme explóziu výdychového prúdu – sfúkni plamienok.

Motivačné cvičenia:

- dieťa máva *pá, pá,*
- vtáčik pípa *pí, pí.*

Hláska b

Prípravné cvičenia:

- nafukujeme najprv pravé, potom ľavé líce, následne striedavo obe líca naraz,
- spájame s fúkaním do rôznych predmetov,
- balón, papierové vrečko.

Dychové cvičenia:

- fúkaním cez slamku nacvičujeme silný a plynulý výdychový prúd a mierne našpúlenie pier, hlboký nádych a plynulý výdych.

Motivačné cvičenia:

- krava bučí *bú, bú,*
- ovca bečí *bé, bé,*
- bubnujeme *bum, bum, bum,*
- zvon zvoní *bim-bam, bim-bam.*

Hláska m

Prípravné cvičenia:

- otvárame a zatvárame ústa, pery netlačíme silno k sebe, jazyk leží na dne ústnej dutiny.

Dychové cvičenia:

- výdychový prúd nosom kontrolujeme malým zrkadielkom pod nosom – pri výdychu sa zarosí. Na zarosenú plochu môže dieťa kresliť prstom.

Motivačné cvičenia:

- kozliatka mečia *mé, mé, mé,*
- kravy bučia *mú, mú, mú,*
- mačky mňaukajú *miau, miau, miau.*

Hláska f

Prípravné cvičenia:

- otvárame a zatvárame ústa, spodná pera je pod hornými zubami alebo pred nimi mierne predsunutá,
- fúkame do vaty, papiera, hračiek plávajúcich na vode, prúžkov papiera...

Dychové cvičenia:

- nacvičujeme výdychový prúd fúkaním cez slamku, do bublifuku.

Motivačné cvičenia:



- vietor fúka *fú, fú,*
- raketa letí *fí, fí,*
- vyjadrujeme odpor *fuj,*
- strieľame *pif, paf.*

Hláska v

Dychové cvičenia:

- pri správnom postavení artikulačných orgánov pridáme výdych.

Motivačné cvičenia:

- napodobňujeme lietadlo *vvvv.*

Hláska t

Prípravné cvičenia:

- konček jazyka opierame za horné a potom dolné zuby, opierame striedavo za horné a dolné zuby, pritískame o horné ďasno, boky o horné bočné zuby,
- končekom jazyka oblizujeme hornú a potom dolnú peru, pohybujeme krúživým pohybom po hornej a dolnej pere.

Dychové cvičenia:

- nacvičujeme explóziu výdychového prúdu – sfúkni plamienok, fúkanie vetra, fúkací futbal...

Motivačné cvičenia:

- auto trúbi *tu, tu, tu,*
- hodiny tikajú *tik-tak,*
- strieľame *ta, ta, ta, ta.*

Hláska d

Prípravné cvičenia:

- konček jazyka opierame striedavo a dolné a horné ďasno, boky jazyka opierame o horné stoličky, postupne o všetky horné a potom dolné rezáky – akoby sme jazykom počítali zuby,
- končekom jazyka pohybujeme po podnebí dopredu a dozadu, po hornom ďasne sprava doľava a naopak.

Dychové cvičenia:

- nacvičujeme explóziu výdychového prúdu pomocou pásika papiera, bublifuk, futbal, sfúkni plamienok.

Motivačné cvičenia:

- motor *d-d-d-d,*
- traktor ide *ta-da, ta-da.*

Hláska n

Prípravné cvičenia:

- končekom jazyka pohybujeme po hornom podnebí dopredu a dozadu, zhora nadol k spodným zubom,



- konček jazyka opierame o horné a potom o dolné d'asno, striedavo o horné a dolné d'asno, na rôzne miesta tvrdého podnebia, postupne o všetky horné a potom dolné rezáky – akoby sme jazykom počítali zuby.

Dychové cvičenia:

- výdychový prúd nosom kontrolujeme malým zrkadielkom pod nosom – pri výdychu sa zarosí. Na zarosenú plochu môže dieťa kresliť prstom.

Motivačné cvičenia:

- hrozíme *no no no*,
- voláme sliepocky *na na na*.

Hláska *ť*

Prípravné cvičenia:

- konček jazyka opierame za horné a potom dolné zuby, opierame striedavo za horné a dolné zuby, pritískame o horné d'asno, boky o horné bočné zuby,
- končekom jazyka oblizujeme hornú a potom dolnú peru, pohybujeme krúživým pohybom po hornej a dolnej pere,
- mľaskáme – pritláčame jazyk k tvrdému podnebiu.

Dychové cvičenia:

- nacvičujeme explóziu výdychového prúdu vzduchu – sfúkni plamienok.

Motivačné cvičenia:

- dieťa tľapká *ťap, ťap, ťap*,
- ťukáme na okno *ťuk, ťuk, ťuk*.

Hláska *ď*

Prípravné cvičenia:

- konček jazyka opierame o dolné a horné d'asno, striedavo o dolné a horné d'asno, na rôzne miesta tvrdého podnebia, postupne o všetky horné a potom dolné rezáky – akoby sme jazykom počítali zuby,
- končekom jazyka pohybujeme po podnebí dopredu a dozadu, po dolnom d'asne sprava doľava a naopak.

Dychové cvičenia:

- nacvičujeme explóziu výdychového prúdu vzduchu – sfúkni plamienok.

Motivačné cvičenia:

- d'ateľ d'obe *d'ob, d'ob, d'obi, d'obi*.



Hláska ňPrípravné cvičenia:

- končekom jazyka pohybujeme po hornom podnebí dopredu a dozadu, zhora nadol k spodným zubom,
- konček jazyka opierame o horné a potom o dolné d'asno, striedavo o horné a dolné d'asno, na rôzne miesta tvrdého podnebia, postupne o všetky horné a potom dolné rezáky – akoby sme jazykom počítali zuby.

Dychové cvičenia:

- výdychový prúd mierime na zrkadielko, ktoré sa tým zarosí, na zarosenú plochu môže dieťa kresliť prstom,
- fúkanie cez slamku – nácvik silného a plynulého výdychového prúdu.

Motivačné cvičenia:

- mačka mňauká mňau, mňau, mňau.

Hláska ľPrípravné cvičenia:

- krúživým pohybom pohybujeme končekom jazyka po hornej a dolnej pere,
- konček jazyka opierame o horné a dolné d'asno, striedavo o horné a dolné d'asno, striedavo o rôzne miesta tvrdého podnebia, postupne o všetky horné a potom dolné rezáky – akoby sme jazykom počítali zuby,
- končekom jazyka pohybujeme po hornom d'asne zľava doprava, po dolnom d'asne zľava doprava, zhora nadol k spodným zubom, dopredu a dozadu po podnebí, dozadu a dopredu po podnebí.

Dychové cvičenia:

- nacvičujeme výdychový prúd,
- fúkanie do púpavy, do špagátika, na motýľa, na popálené prsty, do pásika papiera...

Hláska sPrípravné cvičenia:

- pohybujeme najprv pravým, potom ľavým kútikom úst, následne striedavo,
- rozťahujeme pery do úsmevu, vzdialenosť medzi zubami 1 – 2 mm – môžeme medzi ne vložiť špáradlo,
- vyplazujeme a vtáhujeeme jazyk do úst,
- opierame konček jazyka o dolné zuby,
- vyplazujeme a vtáhujeeme jazyk, je rozložený v celej ústnej dutine, konček sa opiera o dolné zuby, pery rozťahnuté ako pri úsmeve.



Dychové cvičenia:

- fúkaním cez slamku nacvičujeme jemnejší výdychový prúd a mierne našpúlenie pier.

Motivačné cvičenia:

- had syčí ssssss,
- vzduch uniká z pneumatiky ssssss,
- buďme ticho psst,
- sýkorka spieva sík, sík.

Hláska zPrípravné cvičenia:

- vyplazujeme a vtáhuje jazyk,
- konček jazyka opierame o dolné zuby,
- jazyk rozložíme v celej ústnej dutine, konček opierame o dolné zuby, pery máme rozťahnuté ako pri úsmeve a vyplazujeme a vtáhuje jazyk.

Dychové cvičenia:

- napodobňujem lietadlo,
- fúkanie bábiky na vlásy, na popálené prsty, do pásika papiera, do bubliny, na balónik...

Motivačné cvičenia:

- včela bzučí bzzzz,
- basa zuní zun, zun.

Hláska cPrípravné cvičenia:

- vyplazujeme a vtáhuje jazyk,
- opierame konček jazyka o dolné zuby.

Dychové cvičenia:

- fúkanie kolesa, vetra, imaginárneho balóna.

Motivačné cvičenia:

- niečo spadlo bác,
- hlas zvončeka cin, cin,
- kvapky padajú cup, cup,
- voláme na mačku cccc.

Hláska dzPrípravné cvičenia:

- vyplazujeme a vtáhuje jazyk,
- opierame konček jazyka o horné d'asno.

Dychové cvičenia:

- fúkanie do púpavy, do snehovej vločky, do špagátika, na motýľa, na kvet, ofúkanie odevu od smietok...

Hláska šPrípravné cvičenia:

- konček jazyka opierame o horné a potom o dolné d'asno,



striedavo o horné a dolné d'asno,
na rôzne miesta tvrdého podnebia,
postupne o horné a následne dolné rezáky, akoby sme jazykom počítali zuby,

dvíhame hore a dozadu za horné zuby,

- končekom jazyka pohybujeme dopredu a dozadu po podnebí,
po hornom d'asne zľava doprava,
zhora nadol k spodným zubom.

Dychové cvičenia:

- fúkanie do kolesa, imaginárneho balóna, na bielizeň, aby uschla, do zástavky, do bubliny...

Motivačné cvičenia:

- ide vlak šššš,
- stromy šumia ššššš,
- šepkáme si *šu, šu, šu*.

Hláska ž

Prípravné cvičenia:

- konček jazyka oprieme o zadné steny spodných zubov,
o dolné a horné d'asno,
striedavo a dolné a horné d'asno,
striedavo o horné a dolné d'asno,
striedavo o rôzne miesta tvrdého podnebia,
postupne o všetky horné a potom dolné rezáky – akoby sme jazykom počítali zuby,
- končekom jazyka pohybujeme po podnebí dopredu a dozadu,
po hornom d'asne zľava doľava,
zhora nado k spodným zubom,
- dvíhame konček jazyka hore a dozadu za horné zuby.

Dychové cvičenia:

- sfúkni plamienok,
- nacvičujeme silný plynulý výdychový prúd,
- fúkame cez slamku.

Motivačné cvičenia:

- čmeliak bzučí žžžžž,
- potok žblnká *žblnk, žblnk*.

Hláska č

Prípravné cvičenia:

- vyplazujeme a vtáhuje jazyk,
- konček jazyka opierame o horné d'asno.

Dychové cvičenia:

- bublifuk, metelica, fúkačí futbal.

Motivačné cvičenia:

- voláme na kačky *kač, kač*,
- vrabec volá *čim, čim, čim*.



Hláska džPrípravné cvičenia:

- vyplazujeme a vtahujeme jazyk,
- opierame konček jazyka o horné d'asno.

Dychové cvičenia:

- fúkanie imaginárneho balóna, vetra, fúkame do kúskov kožušiny, fúkací futbal.

Hláska rPrípravné cvičenia:

- končekom jazyka pohybujeme po hornej pere čo najviac k nosu, po dolnej pere čo najviac k brade, dopredu a dozadu po podnebí, po dolnom d'asne zľava doprava, po hornom d'asne zľava doprava, zhora nadol k spodným zubom,
- konček jazyka opierame o horné a potom o dolné d'asno, striedavo o horné a dolné d'asno, na rôzne miesta tvrdého podnebia, postupne o horné a následne dolné rezáky, akoby sme jazykom počítali zuby.

Dychové cvičenia:

- sfúkni plamienok,
- zívame – otvorené ústa, jazyk leží na dne úst široký a bez pohybu,
- koník cvála.

Motivačné cvičenia:

- je nám zima *brrr*,
- vrana kráka *krá, krá*,
- holub hrkúta *hrkú, hrkú*,
- -prasa krochka *kroch, kroch*.

Hláska lPrípravné cvičenia:

- krúživým pohybom pohybujeme končekom jazyka po hornej a dolnej pere,
- konček jazyka opierame o horné a dolné d'asno, striedavo o horné a dolné d'asno, striedavo o rôzne miesta tvrdého podnebia, postupne o všetky horné a potom dolné rezáky – akoby sme jazykom počítali zuby,
- končekom jazyka pohybujeme po hornom d'asne zľava doprava, po dolnom d'asne zľava doprava, zhora nadol k spodným zubom, dopredu a dozadu po podnebí, dozadu a dopredu po podnebí.

Dychové cvičenia:

- nacvičujeme bokový výdychový prúd,
- -nacvičujeme silný a plynulý výdychový prúd.



Motivačné cvičenia:

- spievame *la, la, la*,
- klopecme *klop, klop*.

Hláska jPrípravné cvičenia:

nacvičujeme správne postavenie pier, jazyka a zubov:

- pri zavretých ústach pery roztiahneme do úsmevu,
- s pootvorenými ústami roztiahneme pery do úsmevu,
- pohybujeme pravým a potom ľavým kútikom úst,
- striedavo pohybujeme pravým a ľavým kútikom úst,
- pri pootvorených ústach nacvičujeme správnu polohu jazyka: konček jazyka sa dotýka zadnej steny dolných zubov, chrbát sa vykláňa nahor k tvrdému podnebiu, medzi chrbtom jazyka a tvrdým podnebiem sa vytvára široká úžina, boky jazyka sa pritisnú k okraju podnebnnej klenby.

Dychové cvičenia:

- sfúkni plamienok,
- hlboký nádych, silný výdych.

Motivačné cvičenia:

- tešíme sa *jé, jé, jú, jú*.

Hláska kPrípravné cvičenia:

- jazykom pohybujeme striedavo k hornému a dolnému d'asnu,
- koniec jazyka umiestnime naširoko za horné zuby a pokúšame sa ho zúžiť,
- jazyk umiestnime za dolné zuby, zadnú časť tlačíme hore oproti podnebiu,
- zadnú časť jazyka dvíhame oproti podnebiu.

Dychové cvičenia:

- nacvičujeme hlboký nádych, silný výdych,
- sfúkni plamienok,
- fúkanie cez slamku.

Motivačné cvičenia:

- kukučka kuká *kuku, kuku*,
- žaby kvákajú *kvá, kvá*,
- prasiatko kvičí *kvik, kvik*,
- voda kvapká *kvapi, kvapi, kvap*.

Hláska gPrípravné cvičenia:

- jazykom pohybujeme k hornému a dolnému d'asnu,
- jazyk umiestnime naširoko za horné zuby a pokúšame sa ho zúžiť,
- umiestnime jazyk za dolné zuby a zadnú časť tlačíme smerom hore oproti podnebiu,
- zadnú časť jazyka dvíhame k mäkkému podnebiu.

Dychové cvičenia:

- nacvičujeme správne postavenie hovoridiel pri fúkaní, silný a plynulý výdychový prúd,
- fúkanie do sviečky, drevenej plte na vode.

Motivačné cvičenia:

- husi gagocú *gagaga*,
- voláme na ihrisku *gól, gól*.

Hláska h**Prípravné cvičenia:**

- otvárame a zatvárame ústa,
- vyplazujeme a vtahujeme jazyk – zadnú časť nenadvihujeme.

Dychové cvičenia:

- nacvičujeme správne postavenie hovoridiel pri fúkaní, silný a plynulý výdychový prúd,
- fúkanie do sviečky, drevenej plte na vode.

Motivačné cvičenia:

- sova húka *hú, hú, hú*,
- deti skáču *hop, hop, hop*,
- chlapci sa hojdajú *hojda, hojda*.

Hláska ch**Prípravné cvičenia:**

- dvíhame zadnú časť jazyka k mäkkému podnebiu.

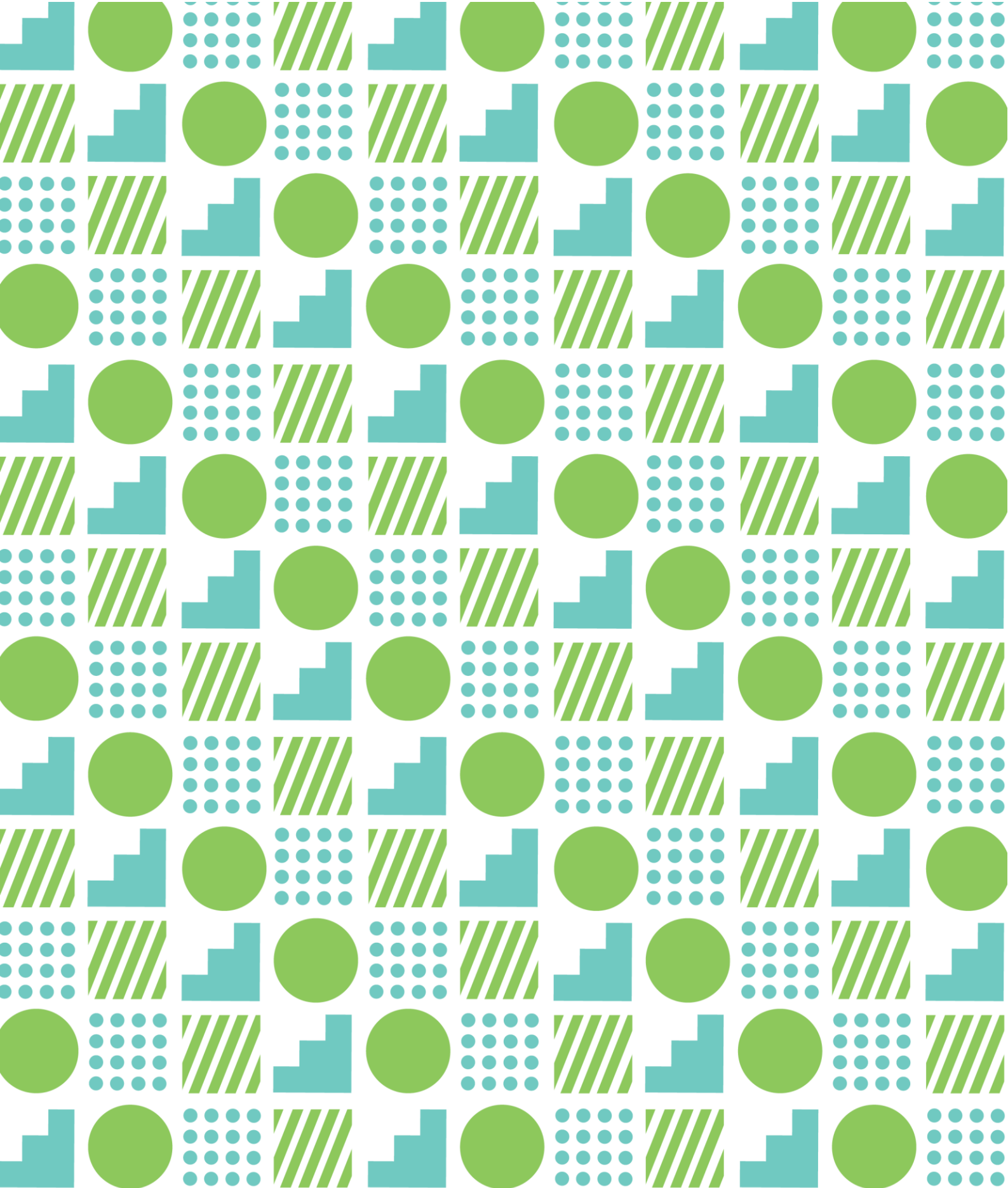
Dychové cvičenia:

- vtahujeme dolnú peru do úst, hornú peru dovnútra,
- nafukujeme líca – najprv obe, potom striedavo,
- bublinkové fúkanie.

Motivačné cvičenia:

- vzdycháme *ach, och, uch, ech*,
- smežeme sa *cha, cha, cho, cho, chu, chu, che, che, chi, chi*,
- kloktáme vodu a vyslovujeme ch, imitácia chrápania.





VÝSKUMNÝ ÚSTAV
DETSKEJ PSYCHOLÓGIE
A PATOPSYCHOLÓGIE



ŠTANDARDY
NÁRODNÝ PROJEKT

Štandardizáciou systému poradenstva a prevencie
k inklúzii a úspešnosti na trhu práce