

*Krāslavas novada PII "Pīlādzītis"
skolotājas logopēdes Nadeždas Isakovas
Ieteikumi bērnu vecākiem*

*Kā bērnam palīdzēt attīstīt
runu*





Bērns saprot vairāk vārdu, nekā var pateikt. Dažkārt mazie gudrinieki valodas apguves procesā vārdus izrunā tā, ka tikai pēc ilgāka laika vecākiem ir skaidrs, ko bērns cenšas pateikt.


Bērnām ļoti svarīga ir dzīvā saskarsme, tāpēc vecākiem ar mazo pēc iespējas vairāk jāsarunājas. Svarīgi ir ne tikai runāt, bet arī stāstīt un skaidrot, spēlēt dažādas valodas un runas attīstīšanas spēles:


- spēles, kas vingrina mutes lokanību, kā laizīšana, pūšana, skūpstīšana, zīšana
- dažādu grimašu atdarināšana
- burbuļu un gaisa balonu pūšana
- jālasa stāstiņi, piemēroti bērna vecumam
- stāstiņu stāstīšana ar kustību rādīšanu, kuras bērns atdarina (grāmatās vajadzētu būt zīmējumiem, lai bērns redzētu un saprastu)
- rosināt bērnus spēlēt dažādas pasakas, sižetus
- spēlēt klausīšanās spēles


Vingrinājumi mēlei:


 „Pulkstenītis”: mēles gals stingrs un spics. Pieaugušais skaita vārdus „tik- tak”, atdarinot pulksteņa tikšķus. Bērnām noteiktā ritmā jāpārvieto mēles gals no viena lūpu kaktiņa uz otru.

 „Slotiņa”: mēle kā „slotiņa” izslauka mutes iekšpusi, zobiņus dažādos virzienos, parādot mēles lokanību.

 „Klākšķināšana”: stingrs mēles gals piespiests pie cietajām aukslējām; laižot tajā ar spēku, izveidojas skaņa: bērns mēģina dažādi kāpinot tempu un dinamiku.

 „Lok pienu kā kaķītis”: nedaudz no mutes izbāzto mēles galiņu paceļ uz augšu, pūš uz to elpu tā, lai veidotos pareizā gaisa plūsma (vaigiem nedrīkst piepūsties).

 „Mēdišanās”: saka „ļa, ļa, ļā, ļe, ļe, ļē”.

 „Lācītis nolaiza medu”: riņķveida mēles kustība ap lūpām, apakšžoklis miera stāvoklī, kustas tikai mēle.

Ātrrunas vingrinājumi vingrina artikulācijas aparāta darbību, atmiņu un uzmanību!

*PIPARI PABIRA PAGALDĒ
PIESKRĒJA PELĪTE, PAŅĒMA PIPARU
PĀRKODA PIPARU – PĒ!*

Runas elpas un balss attīstīšana

- Balss un atbalss (a - ū)
- Vētra (ū - ū, sākas, noklust)
- Mežā (atrod oo, apmaldās aū)
- Kāpnes mājās (uz katra pakāpiena savs dzīvnieks)

Pūšanas vingrinājumi

- Pūst vates piciņu pa gludu virsmu
- Pūst vējdzirnavas
- Pūst balonu, neļaujot tam nokrist
- Pūst spalviņu
- Pūst peldošas rotaļlietas
- Pūst lapiņas, izgrieztus burtus, bumbiņas
- Pūst, ripinot zīmuli
- Iedzen bumbu vārtos! Izpūšot gaisu caur salmiņu, ar gaisa plūsmas palīdzību censties iebīdīt nelielu bumbiņu vārtos (improvizētos).

Elpošanas vingrinājumi

- Ziepju burbuļi: Ar diviem kokteiļa salmiņiem ūdens glāzē jāsaceļ „vēja brāzma”.
- Pīlīte peld: Bērnam caur degunu jāievelk pietiekami daudz gaisa un, pūšot spēcīgu gaisa plūsmu caur muti jāliek peldēt plastmasas pīlītei ūdenī (ūdens bļodā)

Košanas- artikulācijas muskuļu vingrinājumi

- Apakšžokļa atvēršana un aizvēršana (brīvi un ar pretestību). Košanas muskuļu statisks spriegums (cieši sakost zobus 1, 2 uz 3 lēni laist vaļā.)
- Mutes atvēršana- žāvāšanās kustība.
- Maksimāli ātra mutes atvēršana artikulējot “pa-pa-pa”.

Vingrinājumi lūpām un vaigiem

- Plati atvērt muti un dziedāt patskani “āāā”.
- Izstiept lūpas uz priekšu un izrunāt “ūūū”.
- Atvilkt lūpas smaidā un izrunāt īīī (smejamies).
- Atvilkt lūpas platā smaidā un dziedāt “ēēē”.
- Izstiept lūpas uz priekšu un izrunāt “ooo”.
- Atdarināt glābšanas dienesta auto signāla skaņu “īū-īū-īū”. Vispirms lūpas atvelk un izrunā “ī”, pēc tam lūpas pastieptas uz priekšu - izrunā “ū”.
- Vienlaicīga abu vaigu piepūšana.
- Labā un kreisā vaiga piepūšana pārmaiņus.
- Pārmaiņus vaigu piepūšana un ievilkšana.
- Lūpas taurītē: lūpas izstiepj uz priekšu iespējami tālu, vienlaicīgi izrunājot skaņas „tu- tū”, atdarinot taures skaņu.
- Lūpas atvilktas smaidā.
- Lūpu savilkšana un izstiepšana.
- Apmīļo lūpas! Vispirms apņem augšlūpu ar apakšlūpu, pēc tam apņem apakšlūpu ar augšlūpu.
- Zobu skalošanas imitācija.
- Zivtiņa: bērns atver muti, it kā atdarinot zivtiņa, kad tā elpo; izpildot vingrinājumu zobu rindas nedrīkst sakļauties.
- Paslēpes: dzirdot vārdu : „paslēp” bērns augšlūpu apņem apakšlūpu tā, lai tā nav redzama: pie vārda „parādi” bērns ar augšlūpu apņem augšlūpu.
- „Zirga apturēšana”- izrunā „prrrr”. Lai lūpas vibrētu, lūpu vibrēšanu var izdarīt arī ar pirkstu.




Kā var trenēt dzirdi?

- atdarināt dzīvnieku balsis, priekšmetu trokšņus
- klausīties audio ierakstus un mēģināt atpazīt skaņas un doties to virzienā, meklēt tās (Kas klaudzina- dzenis; kas čalo- strauts; kas kūko - dzeguze)
- dzīvnieku skaņu atdarināšana
- čukstus spēles
- mācīt skaitīt skaitāmpantus
- ritmu imitēšana
- kustēšanās mūzikas ritmā
- emociju noteikšana

Sīkās muskulatūras attīstība

- ar pirkstu spēļu palīdzību, izspēlējot dzīvniekus, pasakas, sižetus
- burzot papīru
- darbojoties ar plastilīnu, mālu, smiltīm, klucīšiem, diegiem, līdz pirkstu kustības kļūst brīvas, atraisītas un katru pirkstu var pakustināt neatkarīgi no citiem
- jātrenējas ieliet krūzē ūdeni
- uzcelt torni no daudziem klučiem
- zīmēt ar lieliem krītiņiem, turot tos visā plaukstā
- krāsot, nepārkrāsojot pāri malām
- ķert bumbu ar abām rokām
- izgriezt pa līnijām
- šķirot dažādus priekšmetus (akmeņus, pērlītes, zariņus, gliemežvākus, pupiņas)

Pirkstu sīkās muskulatūras vingrinājumi:

-  Kamola tīšana: bērni tin lellei kamolus krāsainām zeķītēm : no lieliem kamoliem satin vairākus mazus un atpakaļ.
-  Pirkstu sasveicināšanās: bērns saliek plaukstas kopā, lai katrs pirksts atrod sev pāri; sasveicinās, var skaitīt nedēļas dienas utt.
- Pogas: no krāsainām pogām izliek to, ko pats vēlas un jāpastāsta, var veidot sižetu.
-  Vabolītes: bērna rokas noliktas ar plaukstām uz leju, pirksti saliekti (vabolītes); izpilda dažādus uzdevumus, tad aizskrien un pazūd (matos).

Rotalas un vingrinājumi pirkstu muskulatūras attīstībai un priekšmetu īpašību uztverei ar tausti

- „Pirksti vingro” - rokas ar plaukstām uz leju uz galda, ritmiski atcelt katru pirkstu pēc kārtas uz augšu (to pašu – ceļot pirkstus sānis).
- „Pirkstu sasveicināšanās” - visi pirksti pie īkšķa, vai arī abu roku vienādie pirksti.
- „Kas kārbīnā?” – atvērt, aizvērt kārbīņu ar vāciņa palīdzību, ielikt un izņemt dažādus priekšmetus. (*Vingrinājumu ieteicams veikt no 2 gadu vecuma*).

- „**Kas glāzītē?**” – lielas un mazas pogas. Iebērt lielās pogas, mazās pogas, 2 pogas, noteiktas krāsas pogas.
- „**Makšķernieki**”- auklas galā magnēts – jānoķer pēc iespējas vairāk priekšmetu. Vingrinājums ieteicams bērniem no 2 gadu vecuma.
- “**Tīkls**” - ielejiet blodā ūdenī un iemetiet tur dažādus priekšmetus. Iedodiet bērnam sietiņu, kurš piesiets pie nūjiņas. Piedāvājiet viņam izmakšķerēt visus priekšmetus un nolikt uz šķīvja, kas atrodas no blodas.
- „**Brīnummaisīš**” – maisiņā 3-4 rotaļlietas. Ar tausti noteikt rotaļlietas maisā. Sarežģīt – kādu rotaļlietu, bērnam neredzot izņemt, noteikt, kura izņemta.
- **Rotaļlietas pagatavot** no dabas materiāliem – vērt krelles no salmiem, pīlādžogām, zīlēm, kastaņiem.
- **Trafaretu** apzīmēšana.
- “**Silts/auksts**” - atšķiršana ar taustes palīdzību.
- “**Liels/mazs**”- atšķiršana ar taustes palīdzību.

☞ Redzes atmiņas vingrinājumi:

- **CETURTAIS LIEKAIS:** uz galda 4 priekšmetu kartiņas jēdzienu apguvei; Pieaugušais saliek tā, lai viena kartiņa neiederētos pie pārējām trim, bērnam jāpasaka, kura kartiņa ir lieka un jāpamato, kāpēc.
- **KAS IZMAINĪJIES?** Uz galda tiek noliktas 5 rotaļlietas vai priekšmetu kartiņas, bērnam tās labi jāaplūko; kad bērns aizgriežas, pieaugušais samaina divus priekšmetus vai noņem pavisam; kad bērns apskatās vēlreiz, viņam jāpasaka, kas izmainījies.

Zelta likumi

- ♥ Uzklusiet savu bērnu.
- ♥ Veltiet bērnam laiku (*spēlējoties, pastaigājoties, lasot grāmatu*).
- ♥ Attīstiet pirkstu sīko motoriku (*veiciet mājās dažādus vingrinājumus- pirkstiņspēles, skaitāmpantiņus, šķirot dažādus priekšmetus*).
- ♥ Meklējiet savā bērņā tikai labo.
- ♥ Ļaujiet bērnam patstāvīgi darboties (*jā nesanāk, varat piepalīdzēt*).
- ♥ Nopietni uztvert savu bērnu un uzklusīt to.
- ♥ Cenšaties pēc iespējas vairāk komunicēt ar bērnu.
- ♥ Uzslavējiet savu bērnu!