

I. IGRICE IN VAJE ZA IZPIHOVANJE (so zelo pomembne, kajti dober izpih je osnova za pravilno izreko večine glasov – šumnikov in sičnikov, soglasnika f in v ter zapornikov t, p, b, r...).

1. Pihamo v raznobarvne trakove, ping pong žogice, gumbice, lase, viseč zajčji rep, perje... .
2. Pihamo v vato (lahko si jo podajamo): izpih skozi zobe, dolg izpih na F ali H, hipen na P, T, K.
3. S slamico pihamo v vodo, ki jo s tem vzvalovimo. Da je igra bolj zanimiva, postavimo v vodo male papirnate čolničke ali pa plutovinaste zamaške.
4. Ugašamo svečo, na različne razdalje - z dolgotrajnim ali hitrim izpihom.
5. Žvižgamo, piskamo na razne piščalke, igramo na orglice... .
6. Izpihavamo milne mehurčke - otrok se nauči finega in jakostno točnega izpihovanja.
7. Pihamo skozi cevko (ali brez nje) v ping-pong žogico, ki jo usmerimo v kegeljčke, ki so postavljeni na mizi.
8. Pihamo v lahko kroglico po žlebih različnih dolžin in širin.
9. Pihamo v vetrnico.

II. VAJE ZA BOLJŠE DELOVANJE MEHKEGA NEBA (zelo dobre so že prej omenjene pihalne vaje, še boljše pa so vaje vsrkavanja)

1. Grgranje vode (umivamo si zobe)
2. Igranje na glavnik
3. Mrmrnanje melodije
4. Žvižganje
5. Zehanje - napenjanje mišic mehkega neba. Pri tem vadimo vdih in izdih.
6. Napihovanje balonov, plavalnih pasov, igrač iz gume in podobnih snovi.
7. Vsrkovalne vaje: Skozi slamico ali debelejšo cevko vsrkamo in prenašamo predmete (vato, papirčke, grah, fižol, kovance ...) na različne razdalje (krajše, daljše).

III. VAJE JEZIKA (pomembne za pravilno izgovorjavo glasov r, l, sičnikov in šumnikov)

1. Dvigovanje jezika iz običajne lege do dlesni zgornjih zob in nazaj.
2. Jezik potisnemo, kolikor je mogoče ven iz ust in potegnemo nazaj v usta (posnemamo muco, ki pije).
3. Oblizujemo si zgornjo ustnico (muca si umiva brke).
4. Z jezično konico potujemo po robovih spodnjih in zgornjih zob (muca si umiva zobe).
5. Konico jezika potisnemo k spodnjim zobem in dvigamo hrbet jezika.
6. Široko odpremo usta in s konico jezika nihamo od enega ustnega kotička do drugega (nihanje stenske ure).
7. Konico jezika dvignemo daleč nazaj na trdo nebo, da se vidi spodnji del jezika (oponašamo zavijanje sirene tako, da izgovarjamo TD - TD).
8. Tleskamo z jezikom (poganjamo konjiča).
9. Na sredini jezika naredimo žleb - dvignemo robove jezika in ga potisnemo skozi usta - skozi ta žleb pihamo.
10. Posnemamo igranje trobente ali petje: la, la, la.le, le, le.
11. Vaje za apikalni R:
 - posnemamo brnenje avta (jezik je v ustih, z izdišnim zrakom tresemo ustnice)
 - posnemamo vžig motorja (jezik »gleda« iz ust in ga z izdišnim zrakom tresemo)
 - tresočo konico jezika potiskamo v usta (izgovarjamo BR - tu se jezična konica trese - nato temu zlogu dodajamo vokale: BRI - BRA - BRE - BRO - BRU - jezik se pomakne v usta).
12. Vaje telegrafiranja: tolčemo po mizi enkrat dolgo enkrat kratko - običajni ritem telegrafiranja in izrekamo - drd-drd-drd-

IV. VAJE USTNIC

1. Izbočimo ustnice v šobo in preidemo nazaj v normalno lego. oz. nasmeh. Ko otrok to vajo zadovoljivo izvaja, vključimo glasova U - I. Vedno nam je cilj čistost vokalov, k čemur pripomore izrazita motorika ustnic. Ustnice široko odpiramo, vključimo glas.
2. Masiramo spodnjo ustnico z zgornjimi zobmi in obratno.
3. Pritiskamo zgornjo ustnico na konico spodnjih sekalcev.
4. Oblizujemo zgornjo in spodnjo ustnico.
5. Široko odpremo usta in vključimo glas A, nato zmanjšamo odprtino in rečemo O (igre pri zobozdravniku).
6. Držanje svinčnika ali paličice med ustnicami in premikanje ustnic naprej in nazaj.
7. Držanje svinčnika ali paličice med ustnicami in nosom (zmaga tisti, ki dalj časa drži).
8. Stiskamo zamašek med ustnicami, nato pihamo v zamašek in ga izstrelimo naprej - najprej brez cilja, nato v cilj.
9. Tresemo ustnice z izdišnim zrakom: npr. vozimo avto BRRRRR.
10. Usta oblikujemo v lege vokalov I - E - A - O - U.
11. Vadimo prehode iz enega vokala na drugega - po taktu
12. Usta napolnimo z zrakom in udarimo po licih, da se usta z eksplozijo odprejo in spuste zrak ven. Postopoma izgovarjamo glas F.

V. DIHALNE VAJE

1. Gimnastika za dihala:
2. Roke dvignemo - vdih, predklon in izdih na glas F, I, S, ...
3. Dvignemo eno roko in vajo ponovimo
4. Roke damo iz predročnja (vdih) v zaročenje (izdih)
5. Globoko vdihnemo skozi nos ob zatisnjenih ustnicah. Nekaj časa zrak zadržimo, nato sledi izdih skozi usta.
6. Globoko vdihnemo skozi usta ob zatisnjenem nosu, zadržimo zrak, nato izdih skozi nos.

VOKALIZIRANJE (otrok svoja doživetja izraža z vokali - ta doživetja povežemo z igro).

Vokal A:

Pestujemo, ljubkujemo in hkrati izrekamo glas A. Igro organiziramo na različnih zahtevnostnih stopnjah:

- Na našo pobudo otrok zaziblje igračo, izgovarja vokal A, ga ponavlja in popeva.
- Razvitejši oz. starejši otroci igro spremljajo z izštevanko:

PUPA AJA MEDO AJA

PUNČKA AJA MEDVED SPI

PUNČKA SPI MEDO SPI

Temo zaokrožimo s pesmijo PUNČKA SPI, tako da se držimo za roke in poplesujemo v ritmu

LA LA

MALA MAJA

LA LA

MAJA AJA

Vokal A ponazorimo z igrico »Pri zobozdravniku« ali »Pri zdravniku«, kjer mora otrok malo odpreti usta, da ga izreče.

Vokal U:

Igrica »Vlak prihaja«: ŠŠŠŠ ko pa pride do signala, ki ga predstavlja naša roka, se vlak ustavi UUUU

Vokal O:

Posnemamo začudenje: Glas O pridružimo primernemu izrazu na licih ali v očeh.

Vokal E:

Posnemamo meketanje kože - MEEEE ali beketanje ovce - BEEEE.

Vokal I:

Igrica »Konjiček«: z EEEE ga ustavimo, z IIII ga poženemo.

2. Izgovarjanje ZLOGOV: Izvabljam jih ob posnemalnih igrah oglašanja domačih živali. Te igre vadimo ob stalni pobudi ob sliki. Največ težav v predšolski dobi imajo otroci ob izreki šumnikov in sičnikov, ter glasov R in L. Težave s sičniki in šumniki pogosto nastanejo zaradi slabega ali napačno usmerjenega izpiha. Preden začnemo z vadbo teh glasov je nujno, da otroka opozorimo na pravilno lego jezika in ustnic.

SIČNIKI: Jezik je zataknen za spodnje zobe, usta pa raztegnemo v nasmeh.

S: Oponašamo sikanje kače.

Z: Oponašamo let čebele.

Zven preverimo, da se z roko dotaknemo vratu.

ŠUMNIKI: Jezik je obrnjen navzgor, z usti pa naredimo šobo.

Š: Posnemamo vlak, pometanje po dvorišču, pihanje vetra, šumenje listja, podimo kokoši.

Ț: Iz »Z« izpeljemo »Ț«, tako, da izgovarjamo »Z«, pri tem pa stisnemo usta v šobo.

Žagamo drva (z gibi rok nakažemo žaganje dvoročne žage), oponašamo let čmrlja (hodimo po prstih, z rokami močno krilimo).

Sičnike urimo s pihanjem v ključ ali cevko, ki je spredaj zamašena. To postavimo navpično in jo potisnemo na spodnjo ustnico in brado ter zrak iz ust prosto izpihujemo navzdol v cevko. Če otrok pravilno izpiha izdišni zrak navzdol, se zasliši pisk, kar je znak, da ima otrok pravilno pozicijo jezika za glas S in pravilno usmerjen izpih.

Otrok naj s piskom zaustavlja vlak - dimnik pri lokomotivi naj ponazori s šobo. Če tega ne zmore, mu stiskajmo

lica z obeh strani za ustnicami s palcem in kazalcem. Obe igrici združimo: »vlak prihaja -UUU, signal vlaka

ponazorimo s piskom in šumom na »ŠŠŠ«.

Ko zna otrok tvoriti pripornika na »S« in »Š«, se hitro nauči tudi »Z« in »Ț«.

L: Zopet opozorimo na pravilno lego jezika - obrnjen je navzgor. Ta glas utrjujemo s posnemanjem igranja

trobente ali petja: LA - LA - LA LE - LE - LE LI - LI - LI LO - LO - LO LU - LU - LU

R: Posnemamo ropotanje avtomobila: »BR-BR-BR« - tresemo obe ustnici. Če otrok tega ne zmore, naj si pomaga

s kazalcem v vodoravni legi, ki naj ga premika navzgor ali navzdol po ustnicah, da jih spravi v tresenje.

3. Vključevanje posameznih glasov v govor:

Vse pridobljene glasove utrjujemo v besedah z naslednjimi igranicami:

- Imenovanje slik
- Slika + izpuščanje glasov - npr. SOVA - OVA
- Slika + dodajanje glasov - npr. SOVA - KSOVA
- Dokončaj besedo - npr. SLADO - LED

4. Za ugotavljanje, če je glas **zveneč** ali **nezveneč**, nam služi napihnjena balonček.

Balonček zavežemo, da ne uhaja zrak. Otrok ga da na svoja usta in nalahno pritiska k njim z blazinicami svojih prstov.

Otroku povemo oz. ponazorimo, da bo pri izreki **zvenečih** glasov B, D, G, občutil na konicah ali blazinicah svojih prstov vibracije balončkove površine.

Pri **nezvenečih** P, F, H, pa tega ne bo občutil.

Druga možnost za izvajanje dobrega razlikovanja med zvenečimi in nezvenečimi glasovi je tale: otroku rečemo naj zatisne obe ušesi z rokami in za nami glasno ponovi BABABA, takoj za tem naj s šepetom izreče PAPAPA. Pri »BA« sliši močno zvenenje v glavi, pri »PA« pa tega ne sliši. Enako ugotovimo tudi pri zlogih DADADA, VAVAVA, RARARA, ŤAŤAŤA, JAJAJA, ki so zveneči, ter TATATA, KAKAKA, FAFABA, SASASA, ŠAŠAŠA, kjer tega ni, ker so nezveneči.

Pri glasu F potisnemo zgornjo ustnico k spodnjim sekalcem in ponazorimo pihanje sapice »FFFFFF«. Pihamo vato ali papirnat trak. Z izpihom na F si vato ali ping-pong žogico podajata dva otroka med seboj.

Glas V tvorimo na isti način kot glas F, le da mu dodamo zven. Z glasom V ponazorimo različno močno pihanje vetra /poleti enakomerno pihanje »VVVV«, jeseni močnejše, pozimi močno pihanje vetra, ki ga izvajamo s sunkovito in menjajočo močjo »VVVV-VV-VVV«/.

Lep zven glasu »V« dobimo pri igranju na glavnik (tenak papir položimo na glavnik in ga potresemo z »VVV«).