LOGOPEDICKÁ PREVENCE-PODPŮRNÝ STUDIJNÍ MATERIÁL

* Předcházení vzniku NKS nebo jejímu prohlubování
* 3 stupně:
* **Primární**
* **Sekundární**
* **Terciární**

**Primární logopedická prevence**

* Podpora správného vývoje řeči, předcházení ohrožujícím situacím v rámci celé populace
* Realizována v rámci preventivních programů např. v MŠ

1. **Nespecifická**: všeobecná podpora žádoucích forem chování
2. **Specifická**: zaměřená proti konkrétním rizikům ohrožení NKS (koktavost, hlasové obtíže,..)

**Sekundární logopedická prevence**

* Orientovaná na rizikovou skupinu, která je ohrožena negativním jevem
* Např: u hlasových profesionálů, dětí z kojeneckých ústavů,...
* Lékaři ORL, foniatrie,…

**Terciární logopedická prevence**

* U osob, kde je **NKS již zjevná**, předcházení dalšímu negativnímu vývoji, následkům
* Např: koktaví, u nichž zatím nedošlo ke stresovým situacím z promluvy

ÚLOHA MŠ

* **Významná úloha v prevenci**
* Rozvíjí slovní zásobu, gramatiku, souvislé vyjadřování
* Průpravná cvičení- dechová, fonační, artikulační
* Cvičení na rozvoj motoriky- hrubá, jemná, grafomotorika
* Rozvoj smyslového vnímání- sluch, zrak, rytmické schopnosti
* Rozvoj jednotlivých jazykových rovin
* Rozvoj rozumových schopností- rozvoj myšlení, jazykových schopností

RVP PV-komunikativní kompetence aneb co musí dítě umět, než jde do školy

* Ovládá řeč, vhodně **formuluje věty**, samostatně **vyjadřuje myšlenky**, **otázky i odpovědi**, rozumí slyšenému, slovně **reaguje a vede dialog**
* Dokáže vyjadřovat a sdělovat **prožitky, pocity, nálady** a to **různými prostředky** (řečovými, výtvarnými, hudebními, dramatickými)
* Domlouvá se **gesty i slovy**
* Ovládá dovednosti předcházející **čtení a psaní**
* **Komunikuje** bez zábran s dětmi i dospělými
* Průběžně **rozšiřuje slovní zásobu**, aktivně ji používá

ÚLOHA ZÁKLADNÍ ŠKOLY

* Prevence hlasových obtíží vstupem do kolektivu
* Předcházení dalších obtíží u koktavých dětí, mutismu,…

DECHOVÁ A FONAČNÍ CVIČENÍ

* Pomáhají **prodloužit a usměrnit výdechový proud** (hlásky mají různé výdechové proudy)
* Učí pracovat s kapacitou plic (délka mluveného projevu)
* Podporují a připravují na **plynulost řeči**
* Podporují správný tj. **měkký hlasový začátek**
* Nesprávné dýchání se projevuje při mluvení, zpěvu, má vliv i na postavení zásobování orgánů kyslíkem

-ZÁSADY PRO DECHOVÁ CVIČENÍ

* Vždy provádět v dobře větrané, čisté a neprašné místnosti
* Dbát na správné držení těla
* Kombinujeme cvičení výdechového proudu a hlasová cvičení
* Snažíme se prodlužovat výdech
* Trénovat v různých polohách (v sedě, v leže, ve stoje,…)
* Cvičit v klidu a v uvolnění
* Cvičit formou hry

-PŘÍKLADY….

FONAČNÍ CVIČENÍ

* Cvičení na **podporu tvorby hlasu a na rozvoj jeho správného používání**
* Vhodné pro vyvozování hlásek
* Vytvořený hlas dává i neslovní informace např: nálada, emoce, charakter,…

-PŘÍKLADY…

PREVENCE PORUCH HLASU

* Mluvit ve větrané místnosti
* Nepřepínat hlas, nekřičet
* Nepřepínat hlasovou výšku, nepoužívat tvrdé hlasové začátky
* Neodkašlávat naprázdno
* Nezdržovat se v prašném či zakouřeném prostředí
* Pít tekutiny pokojové teploty

+ co prospívá: otužování, řeč přiměřené síly, spánek,…

MOTORIKA

MOTORIKA

* Celková pohybová schopnost člověka, souhrn pohybových aktivit lidského těla. Její úroveň úzce souvisí s rozvojem řeči, myšlení a lateralitou (Přinosilová, 1997).
* MOTORICKÁ ČINNOST=
* Cílevědomý a systematický proces řízený CNS realizovaný pomocí pohybové soustavy
* TYPICKÉ ZNAKY MOTORIKY ČLOVĚKA=
* Vzpřímené držení těla, chůze
* Odlišná hybnost horních a dolních končetin
* Lateralita
* **Motorika spojená s řečí!**

Hrubá motorika

* Pohyby velkých svalových skupin, pohyby celého těla, končetin, koordinace pohybů
* Tyto pohyby slouží k udržení a ovládání těla, koordinaci, rytmizaci a k pohybům končetin

Vývoj hrubé motoriky

* 1.-4. měsíc: úchop celou rukou, pohyby pažemi, pase koníčky, natahuje se po předmětech
* 4.-8. měsíc: sedí bez opory, kulí se z břicha na záda
* 8.-12. měsíc: leze, s oporou stojí, při držení chodí
* 1.-2. rok: rychle leze, samo stojí, chodí, později se snaží o běh
* 3 roky: zlepšování koordinace celého těla, kope do míče, skáče na místě
* 4 roky: utíká, skáče, leze po žebříku
* 5 let: chodí pozpátku, chytí míč, skáče přes švihadlo

-PŘÍKLADY CVIČENÍ

Jemná motorika

* Pohyby malých svalových skupin, například pohyby ruky, uchopování předmětů a manipulace,…
* Schopnost, která se během vývoje výrazně proměňuje
* Úzká souvislost s ŘEČÍ, PSANÍM, VÝTVARNÝMI AKTIVITAMI
* Patří sem **oromotorika** (motorika úst), **logomotorika** (pohybová aktivita mluvních orgánů při artikulaci), **grafomotorika**

Vývoj jemné motoriky

* 1.-4. měsíc: nepodmíněný uchopovací reflex, ruka směrem k ústům
* 4.-8. měsíc: úchop oběma rukama, později hrabavý úchop (do dlaně) vše vkládá do úst, přendává předměty z ruky do ruky, zkoumá předměty, s oblibou je vyhazuje na zem
* 8.-12. měsíc: pinzetový úchop, stále dává vše do pusy, manipulace s předměty
* 1.-2. rok: lepší koordinace pohybů, začíná stavět z kostek, manipulační hry, posun v sebeobsluze
* 3 roky: sebeobsluha, hygiena
* Předškolák: zpřesňování pohybů, jejich koordinace, hbitost

-PŘÍKLADY CVIČENÍ

GRAFOMOTORIKA

* Řízená pohybová činnost, pohyb je zaznamenávám graficky
* Začínáme vždy od ramenního kloubu, vstoje, na svislou plochu, zanecháváme silnou stopu
* Poté přecházíme dále přes předloktí až k zápěstí a konečkům prstů
* Nakonec čmárání a kreslení vsedě s tužkou

-VÝVOJ GRAFOMOTORIKY

* 1.-2. rok: dítě začíná čárat, čáry naznačující kývavý pohyb a čáry do všech směrů
* 2. rok: kruhové čáranice
* 3. rok: jednoduchá znaková kresba, napodobují čáry různých směrů podle předlohy
* 4. rok: nakreslí křížek
* 5. rok: nakreslí čtverec
* 6. rok: trojúhelník

-PŘÍKLADY CVIČENÍ

OROMOTORIKA, LOGOMOTORIKA

* Motorika artikulačních orgánů
* Motorika mluvidel
* Patří sem například: rty, čelisti, dásně, jazyk, tváře, polykací svaly…
* Aby řeč mohla znít správně, **musí být hlásky tvořeny přesně, správně znít a být dobře artikulovány**
* **Trénování před zrcadlem, ideální když dítě vidí i Vás**

RTY

* Špulení: pusinka, mašinka, kapřík, pískání, foukání jako vítr
* Široký úsměv: předvádíme úsměv, radost, můžeme střídat úsměv a špulení rtů
* Rozkmitání rtů: nafoukneme tváře a rychle vypustíme vzduch přes rty (frkáme jako koník)
* Stahování koutků, vytahování: střídavě vpravo a vlevo
* Vtahování rtů dovnitř: rty jako scvrklá rozinka, jablíčko,…

JAZYK

* U některých dětí poměrně velký problém s hybností jazyka, neschopnost jej zvedat, nasát, kmitat,…
* Ovládání celého jazyka: vyplazování a schovávání jazyka do úst, kroužení jazyka, olizování rtů - nahoře, dole (kočka),…
* Ovládání stran jazyka: trubička, mistička,…
* Ovládání hrotu jazyka: špička jazyka hladí zuby ze strany na stranu, nahoře i dole, kmitá jako ještěrka
* Ovládání napětí jazyka: snažíme se udělat špičku na jazyku, napnout jej a povolit
* Rozložení jazyka: např. mlaskání

DOLNÍ ČELIST

* Cvičíme spouštění a vytahování čelisti při otevřených a sepnutých rtech
* Krouživé pohyby oběma směry
* Cvakání zubů
* Hra: loutka, která má dolní čelist na provázku a my ji pomalu posunujeme nahoru a dolů

MĚKKÉ PATRO

* Kloktání, bublání, nasávání
* Ideální cvičit s vodou, ve vaně
* U některých dětí použít i tekutinu s větší hustotou
* Pomůcky: různě silná, dlouhá a zatočená brčka

RESPIRACE, FONACE, ARTIKULACE

DECHOVÁ CVIČENÍ

* cílem **zdokonalení a prohloubení dýchání** a **nácvik správného vdechu či výdechu při procesu mluvení**; výdechový proud je důležitý pro tvorbu hlasité řeči
* zautomatizování dýchání při řeči vyžaduje u dětí určitý cvik
* vdech: nenápadný, tichý, volný
* výdech: plynulý, pozvolný, nepřerušovaný, dostatečně dlouhý
* v čisté, větrané, bezprašné místnosti
* podložka pro nácvik výdechu a nádechu vleže
* správné držení těla
* učíme ovládat výdechový proud v kombinaci s hlasovými cvičeními

-PŘÍKLADY DECHOVÝCH CVIČENÍ

* nejprve třeba naučit děti jakým způsobem a kam se mají nadechovat

1. ***nácvik dýchání vsedě***
2. ***nácvik dýchání vleže***
3. ***nácvik dýchání vestoje***

FONAČNÍ CVIČENÍ

* **PÍŠŤALKA** – nádech nosem, výdech na slabiky FÁFÁFÁ, FÉFÉFÉ, FÓFÓFÓ, FÍFÍFÍ, FUFUFU
* **INDIÁN** – nádech nosem, dlouhý indiánský pokřik ÁÁÁÁÁ
* **SOVA** – nádech nosem, výdech ústy na slabiky HÚHÚHÚHÚHÚÚÚÚÚ
* **OVEČKA -** BÉBÉ
* **AUTO** - TÚTÚ
* **ČMELÁK** - BZZZZZ
* **MAŠINKA** - ŠŠŠŠŠ
* **HUSA** – SSSSS
* dechová cvičení na jeden nádech, celou intenzitou a tempem, minimálně do čtrnácti
* Nespisovné…voře…je z důvodů měkkého nasazení hlasu:

*Vrány*

*Voře, voře Jan,*

*přiletělo k němu hejno vran.*

*První praví „Dobře voře.“*

*Druhá praví „Nedobře voře.“*

*Třetí praví „Dobře voře.“*

*Čtvrtá praví „Nedobře voře.“*

*Pátá…*

SLUCHOVÁ PERCEPCE, FONEMATICKÝ SLUCH

* sluch jedním z prostředků komunikace
* velkou měrou ovlivňuje rozvoj řeči a tím i abstraktní myšlení
* důležité nejprve vyloučit sluchové vady (otáčení se na hovořícího, odezírání ze rtů, natáčení jednoho ucha ke zdroji zvuku...)
* jednotlivé oblasti sluchového vnímání se navzájem prolínají

ORIENTAČNÍ VYŠETŘENÍ SLUCHU

* v podmínkách MŠ dítěti nabídneme jako **hru**
* v tiché místnosti, dítě stojí ve vzdálenosti cca 4 metrů zády k dospělému
* *„Budu říkat slova, která znáš, a ty zopakuješ, co slyšíš“*
* šepotem předříkáváme slova složená z **vysokých hlásek** (cestička, cibule, slepice, měsíček, silnice, čepice, číslo, tisíc…) i z **hlásek hlubokých** (mouka, louka, maminka, houba, auto, koruna…) – význam slov by dítě mělo znát; střídáme **kratší a delší slova**
* hra by neměla trvat dlouho
* pokud zaznamenáme větší chybovost v opakování slov, je vhodné dítěti v následujících dnech hru nabídnout ještě jednou
* pokud si dítě nechce hrát nebo se znova vyskytne větší počet chyb, je vhodné kontaktovat odborné pracoviště, aby se zjistil stav sluchu

-PŘÍKLADY CVIČENÍ

* hry typu *Přihořívá*
* hádání zvuků se zavázanýma očima (zvuk ťuknutí lžičky o skleničku, chrastění klíči, kamínky…)
* *Co je v krabičce?* – do malých krabiček různé předměty (korálky – skleněné a dřevěné, rýži, hrách, těstoviny, sůl, fazole…) – dítě hádá, co v krabičce je
* sluchové pexeso
* kolikrát písknu, tolikrát tleskneš
* učit se básničky
* slovní řady: hry typu „Šla babička do městečka, koupila tam…“
* vytleskávání počtu slabik
* vybírat obrázky slov začínajících na danou hlásku
* sluchový diktát
* *Ospalý princ / princezna* – vzbudí se na domluvenou hlásku
* slovní kopaná na poslední slabiku
* ve vyprávění pohádky děláme chyby (Modrá karkulka šla přes louku, nesla si v košíku cvičky) – dítě musí zareagovat na chybu a opravit ji
* určíme slovo, na které bude dítě reagovat v souvislém textu (např. klíčové slovo pohádky: drak), poté čteme pohádku, jakmile dítě slovo zaslechne, tleskne

FONEMATICKÝ SLUCH

* schopnost **jemného sluchového rozlišování** - dítě by mělo zvládnout rozlišit sluchem rozdíly mezi správným a nesprávným zněním hlásky
* schopnost fonematického rozlišování (diferenciace) je **základním předpokladem správného řečového vývoje** - bez toho, aby se dítě naučilo poslouchat, vydělovat a diferencovat zvuky řeči, nemůže správně vyslovovat obzvláště znělé a neznělé hlásky a sykavky

-PŘÍKLADY CVIČENÍ

* rozvoj fonematického sluchu : přírodní zvuky (zvuky zvířat, citoslovce, zvukomalebná slova…), učení říkadel a básniček, zpěv, rytmizace
* dospělý předříkává dvě stejná slova, občas změní některou hlásku – dítě má poznat, kdy jsou slova stejná a kdy je hláska změněná (pas-pes, pije-bije, perník-parník, buben-pupen, lyže-líže, mouka-louka, ráda-rada…)

ZRAKOVÁ PERCEPCE

* zrakem přijímáme většinu informací z našeho okolí
* zrakové vnímání spolu s motorikou má rozhodující vliv pro vnímání prostoru
* zvyšující se pohyblivost umožňuje uchopovat hračky, zpřesňuje se koordinace oka a ruky – **vizuomotorická koordinace**
* dítě po 2. roce života rozpozná předmět bez závislosti na jeho velikosti, barvě – **konstantnost vnímání** (pozor – MR a PAS)

-PŘÍKLADY CVIČENÍ

* dětské kostky (skládání obrázku), puzzle, mozaiky
* omalovánky
* skládání rozstříhaného obrázku
* hledání a třídění stejných předmětů stejného tvaru a velikosti (kostek, knoflíků, geometrických tvarů, kamínků…)
* pexeso
* co na obrázku ubylo / přibylo?
* zapamatování pořadí obrázků

ORIENTACE V PROSTORU, NA TĚLE A V ČASE

ORIENTACE NA TĚLE

* části těla na sobě, na panence
* orientace ve 3D i 2D (realita x obrázek)
* hry typu *Hlava, ramena, kolena, palce*

ORIENTACE V PROSTORU

* orientace v místnosti
* vazby za / před / nad / pod / vedle
* vpravo, vlevo
* řady (*před medvědem, za kočkou*)

HLASOVÉ PORUCHY V DĚTSÉM VĚKU

* poruchy hlasu vznikají na základě přechodných nebo trvalých změn a v důsledku patofyziologické činnosti dýchacích, fonačních, rezonančních a artikulačních orgánů (A. Kerekrétiová, 2003)
* změna ve způsobu užívání hlasu, změněna akustická kvalita hlasu, mohou se vyskytovat i vedlejší přídatné zvuky
* *A) vnitřní příčiny* (vrozené asymetrie hrtanu…)
* *B) vnější příčiny* (nesprávná hlasová technika, opakované záněty a alergie, nadměrné množství prachu, nepřiměřená vlhkost prostředí…)
* vyšetření hlasu provádí foniatr, logoped provádí hlasová cvičení a prevenci

PREVENCE HLASOVÝCH PORUCH

* správný **mluvní vzor** – používat hlas v přiměřené hlasitosti
* naučit se **regulovat hlasitost** – od šepotu a tiché řeči až po hlasitý projev
* doléčit nemoci dýchacího ústrojí a při zánětlivém onemocnění dolních cest dýchacích učit dodržovat hlasový klid
* při zpěvu vybírat písničky, které mají menší hlasový rozsah
* v kolektivu **omezit překřikování** (ne „mluv nahlas“ , ale „mluv zřetelně“), nepoužívat tvrdý hlasový začátek
* nekonzumovat velké množství studených nápojů
* mluvit ve **vyvětraném, bezprašném prostředí**
* zabezpečit vhodné **klimatické podmínky** (ne přetopená místnost, vlhkost vzduchu kolem 60%)