

## 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
- A) **Nespecifická**: všeobecná podpora žádoucích forem chování
- B) **Specifická**: zaměřená proti konkrétním rizikům ohrožení NKS (kockavost, 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: kockaví, 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 ovládnutí 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 čarát, 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,...
- Ovládní celého jazyka: vyplazování a schovávání jazyka do úst, kroužení jazyka, olizování rtů - nahoře, dole (kočka),...
- Ovládní stran jazyka: trubička, mistička,...
- Ovládní 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

- **PÍŠTALKA** – 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 *Příhořívá*
- 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
- učít 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 fonemického 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 fonemického sluchu : přírodní zvuky (zvuky zvířat, citoslovce, zvukomalebná slova...), učení říkadel a básniček, zpěv, rytmizace
- dospělý předřikává 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, kamínek...)
- 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%)