

## Zásady procvičování:

---

### 1. Cvičíme často a krátce

Čím mladší dítě je, tím kratší je čas, po který udrží pozornost a ochotu spolupracovat. 5, 10 či 15 minut logopedického cvičení denně Vás odmění, v podobě pokroku v řeči, o dost více než půl hodiny dvakrát týdně. Zkuste trénovat krátce i vícekrát denně. Kdy trénovat?

Pokud se Vašemu dítěti trénovat nechce, zkuste cvičit každý den ve stejnou dobu (např. 10 minut před oblíbeným televizním pořadem, před či po jídle...) a vydržte. Některé dítě nechce spát, vstávat či jíst a také si zvykne, kdy je čas spánku a jídla. Myslete na to, že Váš budoucí školák či školačka bude mít náskok před ostatními, i když teď má o povinnost více.

Kde trénovat? Trénujeme hrou.

Znovu platí, že čím je dítě mladší, tím více by mělo trénink vnímat tak, že si hraje. Jsou cvičení, která je potřeba „vysedět“ u zrcadla (přípravná cvičení k zpřesnění artikulačních pohybů, cvičení motoriky jazyka apod.) a stále se opakují. Vydržte, bude veseleji. Přijdou slovíčka s obrázky, říkanky, i příběhy.

Jak trénovat?

Od svého logopeda víte co trénovat a jak. Už je pro Vaši ratolest cvičení okoukané? Zapojte svou tvořivost a zahrajte si s obrázky pexeso, schovejte je po bytě a navigujte k nim své dítě, pozměňte cvičení tak, aby bylo trochu jiné. Uvidíte, funguje to skvěle!

### 2. Opíráme se o sluchovou kontrolu

Úspěšně můžeme hlásku vyvodit (nově vytvořit), když jí Vaše dítě sluchově správně rozlišuje od ostatních hlásek. Dokud Váš syn či dcera sám/sama neuslyší rozdíl mezi svou vadnou a správně tvořenou hláskou, nedaří se mu/jí správně tvořit. Sluchovým cvičením se věnujeme dříve, než přistoupíme k artikulaci.

### 3. Zrcadlo, zrcadlo, pověz mi..

Využíváme nápodoby. Lépe než vysvětlování pozice rtů, zubů a jazyka funguje předvedení postavení mluvidel v zrcadle. Pokud se nejedná o dospělého, je snadnější sedět vedle dítěte (využíváme větší zrcadlo). Nabízí se tak vzor a kontrola vlastního pohybu. Když k „opičení se“ přidáte trochu legrace, půjde vám to radostněji.

### 4. Opouštíme staré známé pro nové

Starý (nesprávný) návyk necháváme vyhasnout. Vytváříme, posilujeme a upevňujeme nový.

Hlásky vyvozujeme (vytváříme nové) nejsnadněji nápodobou. Pokud nejsme úspěšní, použijeme pomocnou hlásku (známé jako např. trubka = tdubka). Jakmile pomocnou hlásku již nepotřebujeme, vracíme se k nápodobě.

Pořadí v jakém hlásky vyvozujeme většinou kopírují fyziologický vývoj (viz. Vývoj řeči). Váš logoped může zvolit (z různých důvodů) i jiný postup, který Vám jistě rád vysvětlí.

### **5. „Netlačíme na pilu“**

V logopedii se užívá termín princip minimální akce. Cvičíme uvolněně, s co nejmenší silou a námahou. Někdy k přesnému zvuku pomůže ztišení hlasu (až do šepotu). Neopravujeme dítě v hláskách, které netrénujeme. Stejně tak nepožadujeme, aby hlásku zapojovalo ve vyšších úrovních, ve kterých to ještě nedokáže.

### **6. Od snadnějšího ke složitějšímu**

Touto cestou své dítě nepřetěžujete. Když vidíte, že danou úroveň zvládá dobře i opakovaně, zkuste cvičení jen o „chlup“ ztížit.

### **7. Posilujeme sebedůvěru dítěte**

Chválíme dítě nejen za dílčí úspěchy, ale i za vynaloženou snahu v obdobích, kdy nejde logopedie „jako po másle“. Vaše dítě se bude cítit milované, doceněné a úspěšné. Logopedie se tak může stát dobrou zkušeností.

**Jako rodiče máte největší vliv na rozvoj jazykových kompetencí svého dítěte.**

**Nikdo nemůže udělat více než Vy :-)!!!!**