

تمارين وأنشطة لذوي الاضطرابات اللغوية

تمارين وأنشطة علاجية لذوي الاضطرابات النطقية

تقديم خبير التربية الخاصة

أ. بلال عودة

أولا : تمارين تفيد النطق وتدريبات للسمع

أ - تمارين لتقوية عضلات اللسان:

- حركية الشعبان حيث يمد اللسان لخارج الفم وإدخاله بسرعة.
- لف اللسان حركة دائرية حول الفم بأقصى ما يستطيع.
- دفع الصدغ بطرف اللسان من داخل الفم بقوة والضغط عليه باليد من الخارج.
- أن يمد لسانه خارج الفم بسرعة وإعادته ببطء والعكس.
- رفع وخفض لسانه لأقصى ما يستطيع الوصول اليه من سقف الحلق الرخو.
- لعبة لحس طبق به قليل من السكر أو العسل وكذلك الاليس كريم.
- ينطق بطريقة منغمة ومكررة الصوت لا لا لا وحرف الراء ر ر ر.
- تحريك اللسان بطريقة دائرية داخل الفم.

ب- تمارين لتقوية الفك السفلي:

- تحريك الفك يمينا ويسارا.
- تحريك الفك السفلي لأسفل.
- وضع طوق مطاطي فوق راس الطفل وأسفل ذقنه وفتح فمه وتحريك الفك لأسفل.
- وضع يد المدرب أسفل ذقن الطفل ومحاولة الطفل دفعها لأسفل بفكه السفلي.
- مضغ اللبان (العلكة).

ج- تمارين لتقوية الجهاز التنفسي:

- قضاء أكبر وقت ممكن في ممارسة التمارين الرياضية لتقوية عضلات اليدين والأقدام والرقبة وهو أهم التمارين على الإطلاق.
- ممارسة تمارين لتقوية الحجاب الحاجز لزيادة سعة الرئتين وبذلك يقوى النفس فيقوى الصوت المنطلق.
- تمارين نفخ البالونات بقوة.
- نفخ أقلام الرصاص الدائرية الموضوعة افقيا على الطاولة , وكور تنس الطاولة, والمراكب الورقية

في الماء، وقصاصات الورق.

• النفخ بالماء والصابون باستخدام انبوب للتحكم في التنفس لتكوين كرات الماء.

• اتباع تمرين الغطس بأن يضع المعالج فمه وأنفه في اناء به ماء ويكتم نفسه لفترات متفاوتة ويحاول الطفل تقليده.

• نفخ الشموع المضاء ومحاولة اطفاءها على مساحات متفاوتة في الطول.

• تمارين الجري والاتزان بالمشي على حبل في الأرض لتمكينه من التحكم في حركة اعضاءه أثناء الحركة والتنفس والكلام.

• النفخ على مراوح ورقية أو بلاستيكية صغيرة لادارتها.

• تدريبيه على اخذ نفس سريع واخراجه ببطء والعكس وبنفس سريع واخراجه بسرعة والعكس وتدريبه على حبس انفاسه فترة من الزمن.

د - تمارين لتقوية الشفتين:

• ضم الشفتين ومطهما للإمام.

• تحريك الشفتين تجاه الجانب الأيسر والأيمن وأسفل وأعلى وفتح الشفتين وغلقها بطريقة تكرارية.

• إدخال الشفة العليا والسفلي بين الأسنان بالتبادل ولاقصى مايستطيع الطفل.

• مسك الأقلام أو خافض اللسان بالشفيتين لبرهة من الوقت أخذ نفس وحبسه في الفم بالضغط على الشفتين.

• نطق حرف ب ب ب ب ب بطريقة مستمرة ومنغمة بالحركات الطويلة (با ، بي ، بو .)

• استخدام شفاطات العصير.

هـ - تمارين لتقوية الجهاز الصوتي ((الحنجرة والحبال الصوتية:))

• تقليد أصوات الحيوانات والطيور ووسائل المواصلات والآلات.

• نطق الأصوات المهموسة والمجهورة بالتبادل ببطء.

و - تمارين لتقوية سقف الحلق الرخو واللهاة والحلق:

• نطق الأصوات الحلقية بطريقة مستمرة وبالتبادل وبالبيئة وبالحركات الطويلة (خا - خي - خو)

(غ - غي - غو) (عا - عي - عو) (حا - حي - حو .)

• تكرار كلمة هو هو هو بقوة عدة مرات والتأؤب والمضغ.

ثانيا : مرحلة تهيئة الجهاز السمعي :

أ - التدريب على التمييز السمعي للأصوات المحيطة :

وفيه تم تدريب الطفل على التمييز بعض أصوات الأشياء المختلفة المحيطة بالطفل في البيئة من حوله مثل :

• الأصوات الموجودة في المنزل مثل صوت سقوط أواني المطبخ - غلق وفتح الباب - جرس الباب - طرق الباب - المنبه - إشعال عود كبريت - التليفون ... الخ

• أصوات الحيوانات والطيور مثل : الحمار - البقرة - الحصان - الماعز - القطه الخ

• أصوات الإنسان مثل : الضحك - البكاء - الألم - كحة - عطس الخ.

• آلات : صوت سيارة - قطار - مويستيك - دق مسمار - منشار - طائرة.

• أصوات الطبيعة مثل : المطر - رياح - نارمشتعلة..... الخ ويتم التدريب بأن يسمع

الطفل الصوت ويرى الصورة التي تعبر عنه , ويعرض عليه صورتين ويطلب منه أ، يشير الى

الصورة صاحبه الصوت ، ثم يعاد سماعه ويعرض عليه ثلاث صور ويختار الصورة المعبر عنه .

ب - التدريب على التمييز السمعي لأصوات الكلمات المتشابهة :

وتم تدريب الطفل على التفرقة بين الكلمات المتشابهة في الصوت مثل (قلم - علم) (حبال - جبال) (صورة - نورة)

ويتم إسماع الطفل الاسم المطلوب وعرض صوته تم يعاد عليه ومعه صوت مشابهه وليتعرف

ثالثا : التدريب على نطق أصوات الحروف :

1 - تدريبات لإخراج الصوت منفردا :

وذلك من خلال ما يلي :

أ - التمييز السمعي :

عن طريق الاستماع الى الصوت الصحيح والتفرقه بينه وبين الصوت الخطأ وعرض كلمات بها الصوت في مواضع مختلفة, وتميز الكلمات التي بها الصوت.

ب- التمييز اللمسي: كتدريب الطفل علة الشعور بالذبذبات التي تصاحب نطق الصوت ةالشعور

بسخونة أو برودة الهواء المندفع مع النطق, أو الشعور بحركة عضو من أعضاء النطق عند خروج

الصوت, واستخدام وسيلة حسية لشعور الطفل بمكان خروج الصوت كخافض اللسان أو سائل

النعناع أو الخيط أو الثلج.. الخ

ج- التمييز البصري:

نستخدم المرأة أو صور الفيديو أو على c.d توضيح وضع اعضاء النطق عند خروج الصوت, أو اقوان صورة الحرف بصوته ليتعرف الطفل على صورة وصوت الحرف, رؤية المعالج وهو ينطق صوت الحرف, أو رؤية تطاير الأوراق أو اقلام الرصاص الدائرية أو كور تنس الطولة نتيجة خروج الهواء عند نطق صوت الحرف.

2- تدريبات اخراج الصوت في مقطع:

ويبدأ بتدريب الطفل على نطق الصوت منفرد بالتشكيل ومصاحب لحرف العلة (أ ، و ، ي) لمقاطع أحادية ثم في مقاطع ثنائية ثم مقاطع ثلاثية تمهيداً لنطقه في كلمات.

3- تدريبات لنطق الصوت في بداية الكلمة.

4- تدريبات لنطق الصوت في وسط الكلمة.

5- تدريبات لنطق الصوت نهاية الكلمة.

6- تدريبات لنطق الصوت مكررا في كلمة.

7- تدريبات لنطق الصوت في جملة:

وتبدأ بجملة قصيرة ثم تزداد في الطول تدريجياً.

التدريب على التقليد:

.مثل تبادل الأدوار في الحديث بين الطفل ومدربه (بفعل المعلم شئ ثم يطلب من الطفل فعل نفس الشيء أو التكرار حتى يقلده الطفل أو يتحدث للطفل يقول للطفل الآن هذا دورك في التحدث) ..

فمن الممكن تدريب الطفل لكي يتعلم أن التحدث يحدث بالدور وهو صغير عن طريق اللعب والتقليد والتمثيل.

فلعبه الغميمة (وتعرف بأسماء مختلفة لدى الناس وهي باختصار تغطية الوجه بورقة ثم إظهار الوجه للطفل بشكل تمثيلي)

وإعطاء الطفل لعبة لفترة معينة ثم يأخذها المدرب ليلعب بها كل هذا ينمي أهمية الدور لدي الطفل في وقت مبكر وقبل أن يتحدث الطفل الكلمة الأولى.

رابعا : الأنشطة اليدوية:

بمجرد أن يبدأ الطفل استعمال الكلمة الواحدة (عن طريق النطق أو بالإشارة) يبدأ بخطة علاجية شاملة لتنمية لغة التخاطب من كل النواحي ، وقد يركز على تنمية المفردات الغوية (مهارات دلالية) في كثير من الأنشطة الكلية والموضوعية ، مثل عرض لأدوات المطبخ وأدوات المائدة مع استخدام المفردات المتعلقة بالطبخ عند إعداد طعام أو الاهتمام بأنشطة التلوين والرسم مع استخدام المفردات المتعلقة بالأشغال اليدوية والتلوين أو ربط مخارج الحروف والكلمات بحركات إيقاعية أثناء اللعب والتمثيل وعند الخروج الخروج إلى الشارع والسوق والرحلات ، ومع مرور الوقت نجد أن الطفل اكتسب كلمات ومفردات جديدة (وهذا ما يطلق عليه بنمو اللغة على المستوى الأفقي)

كما يستهدف البرنامج العلاجي إلى زيادة عدد الكلمات المستخدمة في الجملة الواحدة تدريجياً ، هناك تعبيرات كثيرة يستطيع الطفل أن يتواصل بها مع الآخرين باستخدام جملة من كلمتين كـ (كجمل التملك) على سبيل المثال عبارة قلم بابا أو فستان ماما ، ومن ثم تضاف الجملة المكونة من ثلاث كلمات .