

L-äänteen harjoitteluohjeet

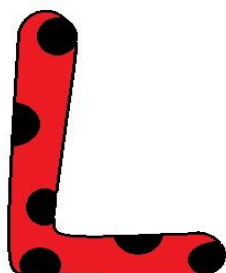
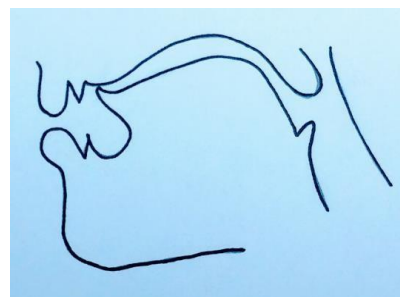
OSA I valmistavat harjoitukset



L-äänteen muodostaminen

L-äänne muodostuu, kun kielen kärki koskettaa litteänä ja leveänä yläetuhampaiden takana sijaitsevan hammasvallin keskikohtaa. Ilma tulee suusta (ei nenästä) kielen molempia laitoja pitkin muodostaen L-äänteen. L-äännettä tuottaessa hampaiden väliin jää rako.

L-äänteen tuottamista varten kielen lihasten hallinta tulee olla riittävää sekä leuan ja kielen liikkeet eriytyneet. Näihin pyritään erilaisilla suujumppaharjoitteilla.



Harjoittelun vaiheet:

1. Lisätään tietoisuutta kielen liikkeistä suujumpalla
2. L-äänteen tutkiminen ja muodostaminen
3. L-äänteen yhdistäminen vokaaleihin
4. L:n käyttäminen harjoittelutilanteessa
5. L:n käyttäminen spontaanissa puheessa











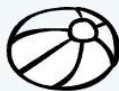



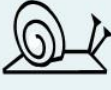














Yleiset harjoitteluohjeet:

- Harjoituksia on hyvä tehdä päivittäin, noin 5–10 minuuttia kerrallaan.
- Harjoittelun tulee olla mukavaa: aikuinen ja lapsi tekevät harjoituksia yhdessä.
- Aikuinen näyttää oikeaa mallia.
- Harjoittelussa voi käyttää peiliä apuna. Se voi auttaa lasta hahmottamaan kielen oikean paikan.
- Aikuisen tukea ja apua tarvitaan paljon. Rohkaiseminen ja onnistumisen elämykset kannustavat lasta yrittämään. Jos lapsi innostuu asiasta, hän jaksaa harjoitella ja saavuttaa tuloksia.
- Joitakin lapsia voi innostaa harjoittelutaulukko, johon merkitään harjoittelukerrat (ks. sivu 2).
- Lapsen puhetta ei saa korjata jatkuvasti. Puheeseen kiinnitetään huomiota vain harjoittelutuokiossa tai sovittuina hetkinä.

Harjoitteluun ei saa pakottaa, eikä väsyneenä kannata harjoitella. Jos lapsi ei ole vielä kiinnostunut harjoittelusta, kannattaa asiaan palata myöhemmin.

Mukavia harjoitteluhetkiä!

Harjoittelutaulukko: väritä kuva, kun olet tehnyt päivän harjoitukset!

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
						
						
						
						
						

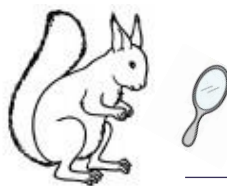
Puheterapia, Eksote 2016



L-PORTAAT:

Kulje portaita kohti timanttia ja L-äännettä. Voit piirtää itsesi tai oravan portaille siihen kohtaan, missä olet menossa harjoittelussa.

Käytä harjoittelussa apuna peiliä!



olen harjoitellut hakerasti ja saan timantin



osaan viedä kielen ylähampaiden taakse leveänä



osaan levittää kielen ylähuulelle



osaan liikuttaa kieltä niin, että leuka pysyy paikallaan



osaan nostaa kielen kärjen ylähampaiden taakse

Lisätään tietoisuutta kielen liikkeistä suujumpalla

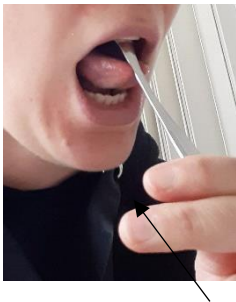
Muroharjoitus: harjoitellaan nostamaan kielen kärki yläetuhampaiden taakse

Laita muro tai esim. hedelmäpastilli ylähampaiden taakse ja vie kielen kärki muron päälle. Pidä muroa/karkkia kielen avulla paikoillaan noin 5sek. ajan. Syö muro/karkki.



Lastaharjoitus: harjoitellaan viemään kielen kärki yläetuhampaiden taakse

Laita jäätelötikku tai lusikka ylähampaiden taakse ja nuole kielen kärjellä tikkua pitkin niin pitkälle, että kielen kärki tulee ylähampaiden taakse niin, että kieli ei kosketa hampaita. Pysäytä kieli siihen.



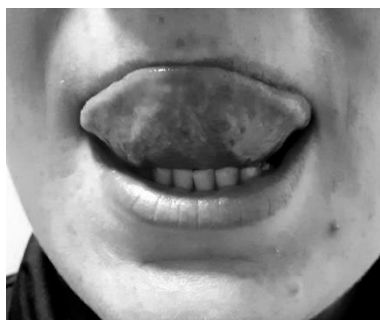
Hissiharjoitus: harjoitellaan, että kieli tekee yksin liikettä ja leuka ei liiku mukana

Kieltä liikutetaan alahampaiden takaa ylähampaiden taakse (ylös-ala-ylös-alas). Huomioi, että leuka pysyy paikoillaan. Leuasta voi pitää kevyesti kiinni tai hampaiden väliin voi laittaa esim. oman puhtaan sormen tai vaikka kynän.



Leveä kieli –harjoitus: levitetään kieltä ylähuulelle

Kieli viedään ylähuulelle leveänä niin, että kieli peittää ylähuulen kokonaan.



Kieli ylähampaiden taakse leveänä:

Kieli viedään ylähampaiden taakse leveänä samassa asennossa, missä L-äänne tuotetaan.



PELI (seuraavalla sivulla): Tulosta pelikortit ja leikkaa kortit irti. Voit tulostaa sivuja useampia kappaleita. Korttien avulla voi harjoitella monipuolisesti esim. niin, että

1. Lorupussi: Kortteja nostetaan pussista/rasiasta ja tehdään käteen noussut harjoitus. Kun kaikki kortit on nostettu pussista/rasiasta, laitetaan kortit takaisin yksitellen ja samalla tehdään harjoitukset uudelleen.
2. Muistipeli: Muistipelissä kortit kannattaa liimata pahville. Pelatkaa muistipeliä ja tehkää harjoitus AINA kun avaatte kortin.
3. Noppapeli: Muodosta irtileikatuista korteista pelilauta pöydälle ja pelatkaa noppapelinä. Tehkää harjoitukset kyseisessä ruudussa.
4. Kortteja voi käyttää myös minkä tahansa lautapelin yhteydessä.

Harjoituksia voi tehdä myös nopan mukaan eri määriä (esim. noppa näyttää 3 -> tehkää harjoitus kolme kertaa).

