

تدريبات تقوية اللسان

يحتاج العديد من الأطفال لهذا النوع من التدريبات ، وخاصة أولئك الأطفال الذين يخطئون في وضع اللسان في مكانه الصحيح ولا يتحرك لسانهم بالدقة المطلوبة للكلام السليم وتنتشر هذه النوع من الضعف في العضلات لدى الأطفال الذين يعانون من الشلل الدماغي والتخلف العقلي والصمم وذوي عيوب اللسان .

ومن الضروري اللجوء لتقوية عضلة اللسان إذا حدث بها خلل لأن اللسان يلعب دوراً رئيسياً في نطق الأصوات الساكنة حيث يخرج منه ١٨ حرفاً مما يزيد من أهميته في تشكيل الأصوات ،

ويمكننا عرض بعض من هذه التدريبات فيما يلي :

تدريب الطفل علي مد لسانه إلى جهة اليمين واليسار / للأعلى أو للأسفل قدر
الإمكان لمدة قصيرة تزيد مع التدريب ويمكن إستخدام المصاصة والشوكلا لتزيد
دافعية الطفل .



- تدريب الطفل على أن يمد لسانه إلى الخارج بسرعة ، ويعيده للداخل ببطء والعكس.
- تدريب الطفل على مد لسانه إلى الخارج ببطء ويعيده للداخل ببطء والعكس.



- تدريب الطفل على جعل لسانه يعترض سقف الحلق والفم مفتوح لفترة قصيرة يتم زيادتها بالتدريب.



تدريب الطفل على أن يسحب لسانه للوراء وفمه مفتوح لفترة من الوقت يتم زيادتها بالتدريب.



-

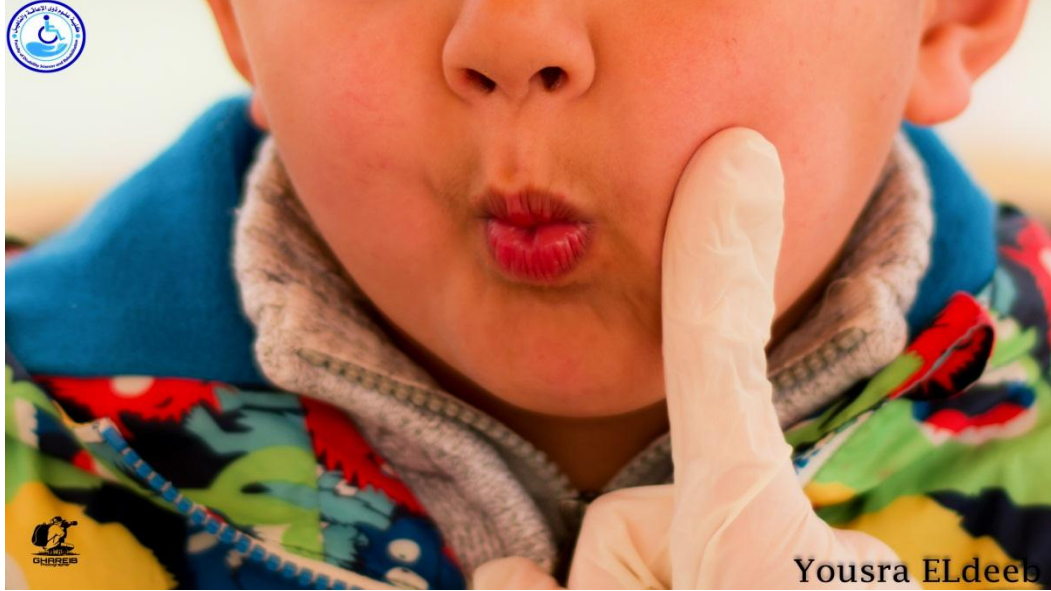
- تدريب الطفل علي مد لسانه للأمام أو لأعلى أو لأسفل خارج الفم مع دفعه من قبل المعالج بالخافض برفق بشكل قوة ومقاومه.



تدريب الطفل على أن يجعل لسانه يسترخي داخل فمه ثم يسحبه إلي الوراء بتقلص .



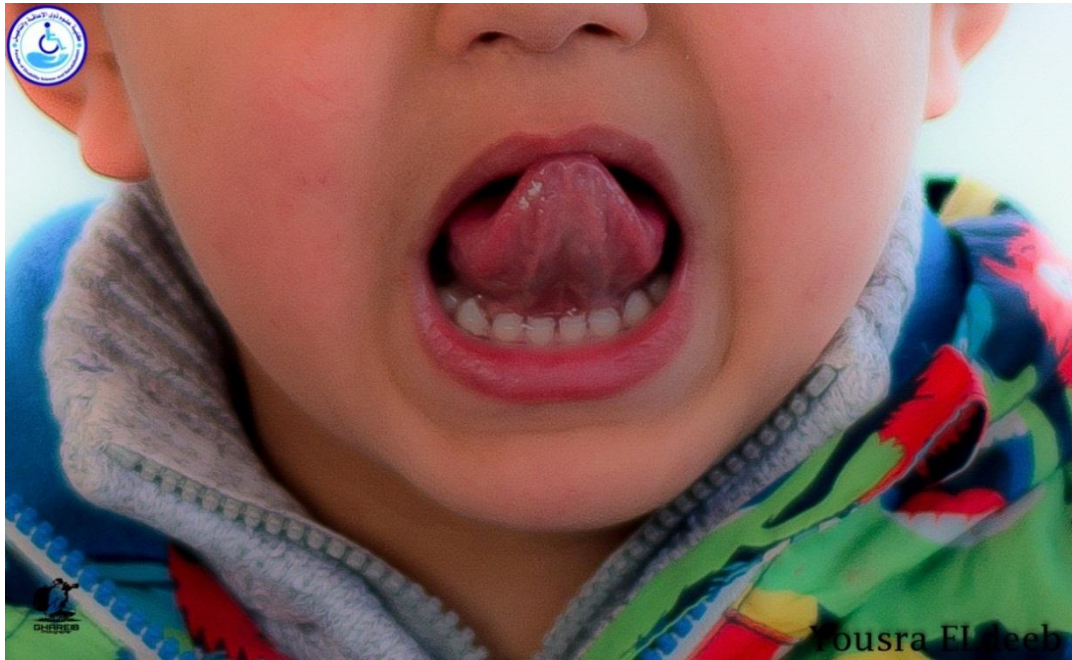
تدريب الطفل على وضع لسانه عند خده مع دفعه من الخارج من جهة اليمين أو اليسار بإصبع اليد بشكل قوة ومقاومة لمدة قصيرة يتم زيادتها بالتدريب.



تدريب الطفل على مد لسانه خارجاً للأمام مع تثبيته مستقيماً لفترة قصيرة من الوقت
تزداد بالتدريب.



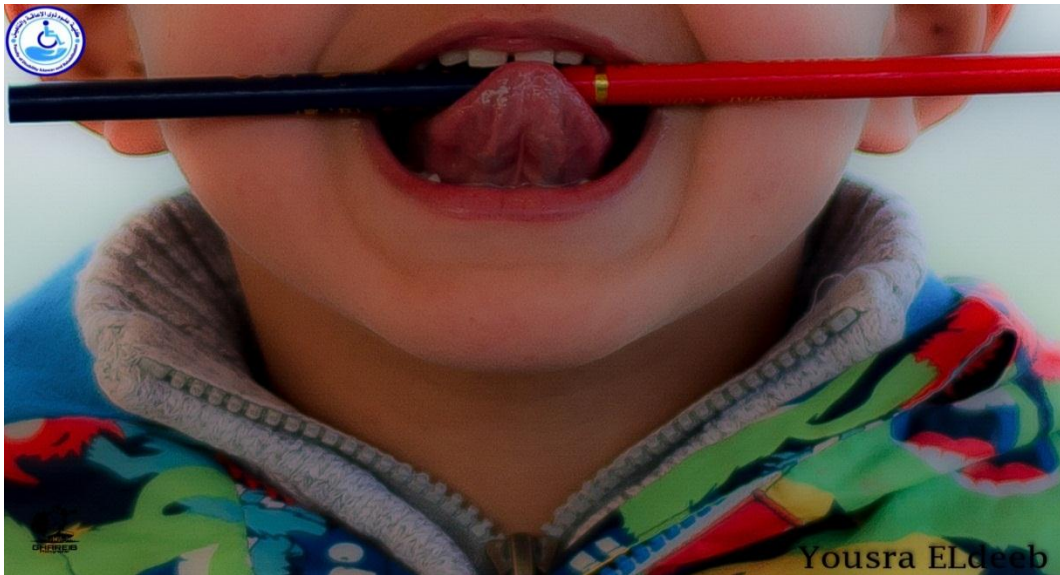
تدريب الطفل على لمس شفاهه العليا أو السفلي لفترة من الوقت تزداد بالتدريب.



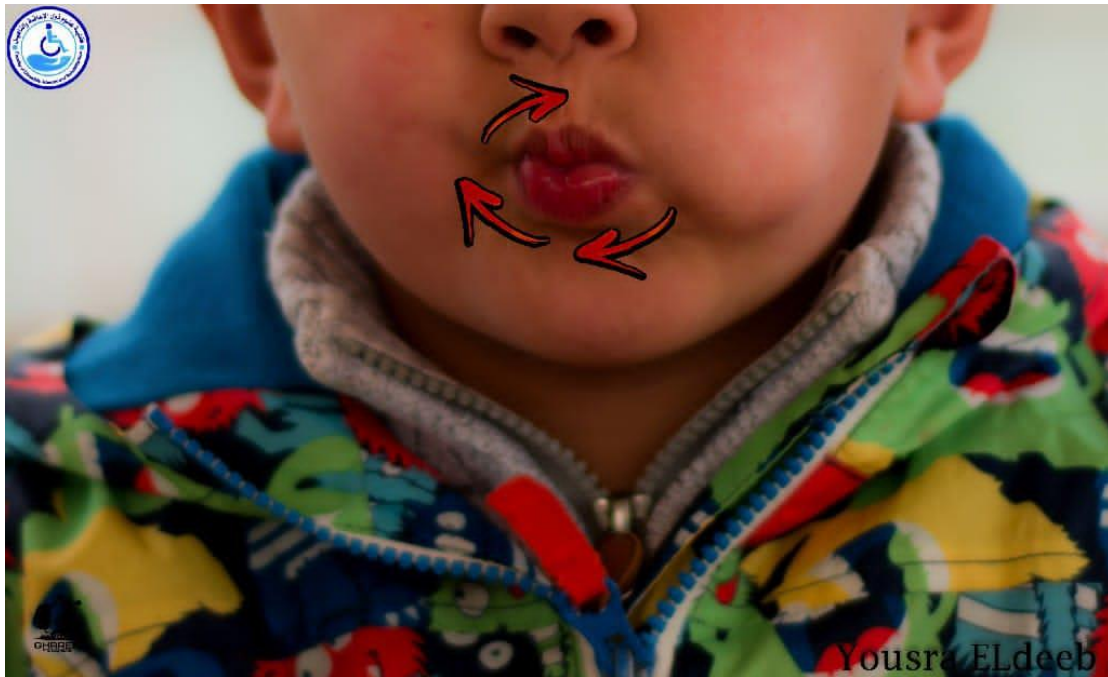
تدريب الطفل علي لمس أسنانه وإبقاء فمه مفتوحاً لفترة من الوقت تزداد بالتدريب.



تدريب الطفل علي تثبيت قلماً داخل فمه أفقياً محتجزه بين لسانه وأسنانه لفترة من الوقت تزداد بالتدريب.



تدريب الطفل علي تحريك لسانه بشكل دائري حول شفتيه من الخارج أو من الداخل مبتدأً من اليمين مرة ومن اليسار مرة ويمكن وضع العسل او الشوكلا حول شفتيه لنزيد من دافعية الطفل .



- إيهاب عبد العزيز البيلوي . (٢٠٠٨) دليل الوالدين والمعلمين في تدريب الأطفال علي
النطق ، الرياض : مكتبة الزهراء .
- هلا السعيد . (٢٠١٥) نظرة متعمقة في علم الأصوات . القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية