

تدريبات أعضاء النطق والكلام (١)

من المعروف أن سلامة أعضاء النطق وقدرة الطفل على التحكم في آليات تحريكهم وتنظيمهم من العوامل الرئيسية إن لم تكن الأهم؛ لأنها المسؤولة عن إخراج الأصوات بصورة سليمة واضحة ومفهومة بالنسبة للمحيطين ولذلك فيما يلي سوف نستعرض بعض من أهم التدريبات المبدئية التقليدية التي تؤهل الطفل على النطق الصحيح والتي إنقينا منها ما يكون سهل على الأهل تطبيقها في البيت تحت إشراف الأخصائي الخاص بالطفل :

تمارين لتقوية عملية التنفس

الهواء الخارج من الجهاز التنفسي (هواء الزفير) يعد القوة المحركة لأعضاء النطق والكلام لذلك أي خلل في هذه العملية يؤثر على كمية الهواء المختلفة المسؤولة عن إنتاج كل صوت وبذلك حتي يتمكن الطفل من الكلام يجب أن يكون قادراً على التنفس أثناء الكلام وإذا تنفس الطفل بسرعة أو بطريقة غير منتظمة سوف يجد صعوبة في إصدار صوت يكفي لقول كلمة أو عدة كلمات أو حتى يؤثر على إصدار الأصوات المفردة ولنقوم بالسيطرة على ذلك لابد من إتباع الآتي مع أطفالنا في المنزل تحت إشراف الأخصائي الخاص بالطفل فيما يلي عرض لبعض تدريبات تنظيم التنفس :

✚ يجب تدريب طفلك في البداية على تنظيم نفسه من خلال التدريبات التالية في البداية :

- ١- نطلب من الطفل أخذ نفس من الأنف بسرعة ثم إخرجه من الفم بسرعة.
- ٢- نطلب من الطفل أخذ نفس من الأنف ببطء ثم إخرجه من الفم ببطء.
- ٣- نطلب من الطفل أخذ نفس من الأنف بسرعة ثم إخرجه من الفم ببطء.
- ٤- نطلب من الطفل أخذ نفس من الأنف ببطء ثم إخرجه من الفم بسرعة.
- ٥- نطلب من الطفل عند أخذ نفس ببطء مع الإحتفاظ به داخل الفم وفمه مفتوح وهذا يساعد على تقوية العضلات المشتركة في عملية التنفس وعند إخرجه للهواء يخرج ببطء كما الحال في عملية الشهيق .

الملاحظات:

- ✓ عند قيام الطفل بتدريبات التنفس يجب أن يكون في حالة استرخاء كأن يكون مستلقٍ على ظهره علي سطح مستوٍ أو أن يضع يده على خصره وفتح أرجله قليلاً وعدم تحريك يديه .
- ✓ كلما طالة مدة إخراج الطفل لهواء الزفير عندما يقوم بها ببطء كلما كان ذلك افضل ونتائجه أحسن .
- ✚ استخدام تمارين النفخ في شكل ألعاب لتهديب هواء الزفير مما يضيف من دافعية الطفل للقيام بهذه التمارين :

١- النفخ في شمعة لإطفائها :

في البداية يراعي أن تكون الشمعة مقربة من الطفل ثم نبدأ في إبعادها أكثر وأكثر لكي يبذل الطفل مجهوداً أكبر في إطفائها .

٢- النفخ في البالونات :

في البداية نبدأ بالبالونات ذات السمك القليل ثم نزيد من سمكها شيئاً فشيئاً مع استمرارية التدريب .

٣- النفخ في الكرات البلاستيكية :

باستخدام كرات بلاستيكية صغيرة نضعها علي طرف منضدة ونطلب من الطفل إصالتها للطرف الآخر ويمكن زيادة روح المنافسة وجعلها مسابقة بين طفلين أو بين الطفل والمعالج .

٤- استخدام قصاصات الورق الصغيرة :

نقوم بوضها على طبق أو منضدة ثم نطلب من الطفل نشرها في الهواء أو لإبعد مسافة ممكنة أو النفخ في أنبوبة فقاعات الصابون .

✚ استخدام تمارين التنفس النطقية :

ويستخدم في هذا النوع من التمارين الأصوات المتحركة القصيرة (الفتحة والكسرة والضمة)، والأصوات المتحركة الطويلة (الألف والواو والياء) ويمكن الإستعانة بحركة الذراعين كمدها بعيداً في حالة الصوت الطويل مثال قول: اااااااااااا ومد الذراعين عند إطالة النطق والعكس

- ويساعد هذا التمرين على إكساب الطفل المدى الصوتي الصحيح الذي يساعد على الكلام بشكل مقبول .
- تصحيح الأصوات الأنفية التي تسببها عدم قدرة اللهاة على الإرتفاع لسد فتحة الأنف فتسمح بخروج الهواء من الأنف بدلاً من الفم مثل حالات الخنف .

تدريبات لتقوية الأوتار الصوتية

- ١- تدريب الطفل على تقليد أصوات الماكينات والآلات الشائعة في حياة الطفل مثل : الطائرات والقطارات والسيارات إلخ .
- ٢- تدريب الطفل على تقليد أصوات المختلفة والمألوفة للطفل مثل : القطعة والكلب والديك والبقرة والحمار إلخ.
- ٣- تدريب الطفل على تقليد أصوات وضحكات الكبار .
- ٤- التدريب على نطق الصوت الساكن مضافاً إليه صوتاً متحركاً طويلاً مثل : فا ، فو ، في ، با ، بو ، بي .

المراجع

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