



RASEBORG
RAASEPORI

L-övningshäfte



Hemövningar för L-ljudet

Då man övar på nya språkljud, är det bra att komma ihåg vissa grundläggande saker för att övningarna ska ge resultat.

- **Övningarna bör utföras regelbundet.**

Barnet har lärt sig att med munnens muskler producera ljudet på fel sätt, och behöver därför hundratals repetitioner för att lära sig producera det på rätt sätt. Bra hemövning sker 4 – 5 i veckan, i 5 – 10 minuter per övningsstund. Det lönar sig att göra övningarna på färdigt överenskomna tidpunkter (t.ex. före något specifikt TV-program, under bilresor eller före tandborstning). Vid sidan om övningsstunderna bör barnets artikulationssvårighet inte uppmärksammas, utan istället låter man barnets färdigheter mogna i lugn och ro.

- **Övningarna bör göras noggrant.**

För att övningarna ska bära frukt är det avgörande att övningarna från början görs rätt. Om tungans position är fel hjälper det inte hur flitigt man än övar.

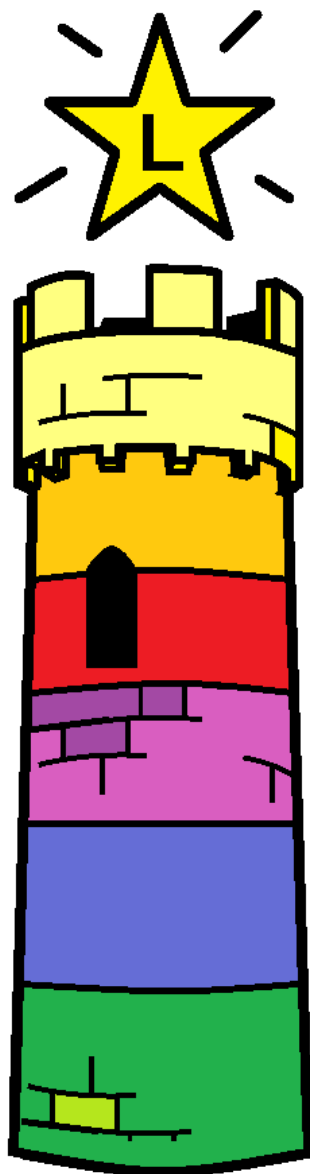
- **Övningsstunderna ska vara roliga.**

Den vuxnes attityd är avgörande för hur barnet upplever övningsstunden. Barnet behöver mycket stöd och uppmuntran och även små framsteg bör firas. Känslan av att lyckas ökar motivationen till att öva! Övningarna kan göras till en del av någon lek eller ett spel, och de kan göras inomhus eller utomhus. Ljudträning borde aldrig upplevas som ett tvång eller måste, utan borde upplevas som lekfullt och roligt.

Övningarnas olika stadier

Då man övar är det bra att minnas att man sällan lär sig ett ljud på en dag, utan man bestiger tornet våning för våning mot toppen.

1. våningen: lyssna efter L-ljudet i ord
2. våningen: träna tungan och hitta L-ljudets plats i munnen
3. våningen: producera ett L-ljud
4. våningen: kombinera L-ljudet med en vokal
5. våningen: öva på L-ljudet i ord och meningar
6. våningen: överför L-ljudet till spontantalet

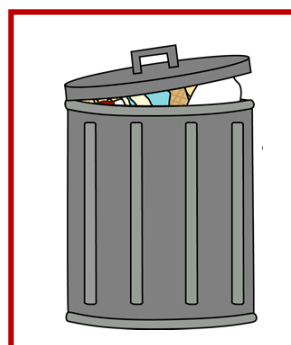
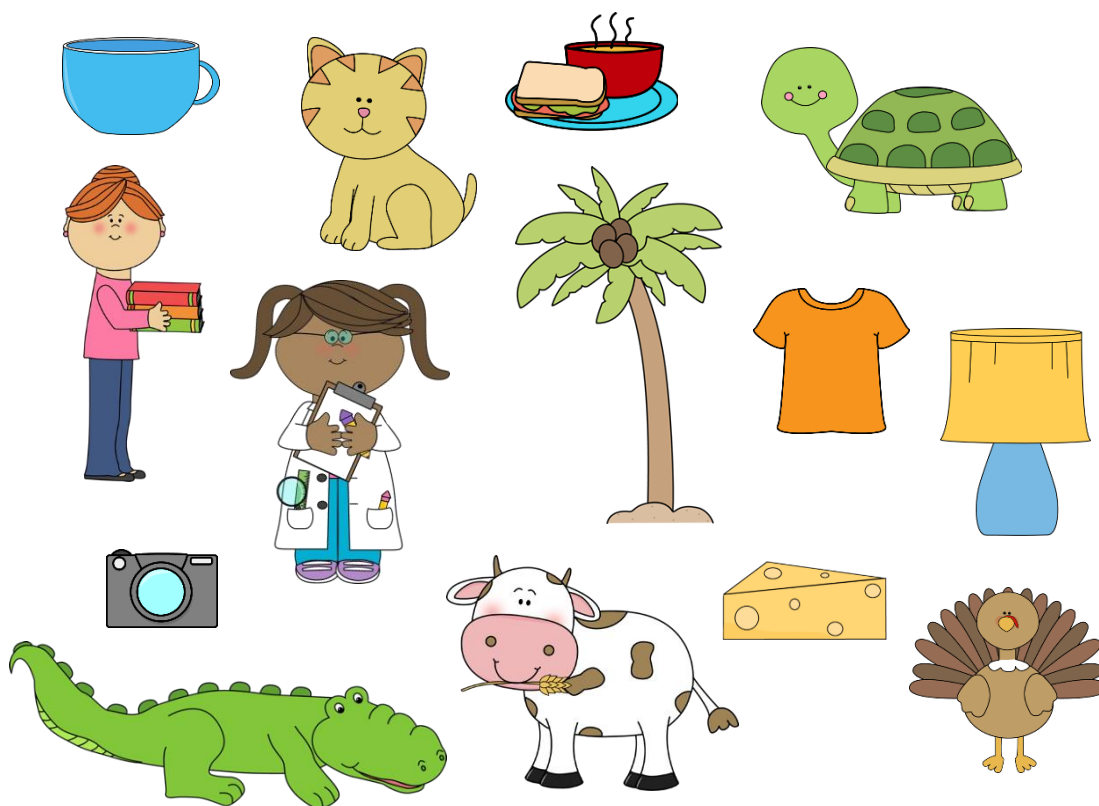


Att känna igen L-ljudet

Lyssningsövningar är viktiga för att barnet ska lära känna igen ljudet ifråga. Genom övningarna lär sig barnet känna igen i vilka ord L-ljudet förekommer, och i vilka det inte förekommer. Barnet lär sig även lyssna efter var i ordet L finns. Då barnet lärt sig dessa färdigheter har det lättare att observera sin egen talproduktion.

Övning 1.

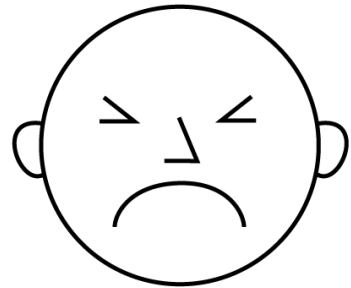
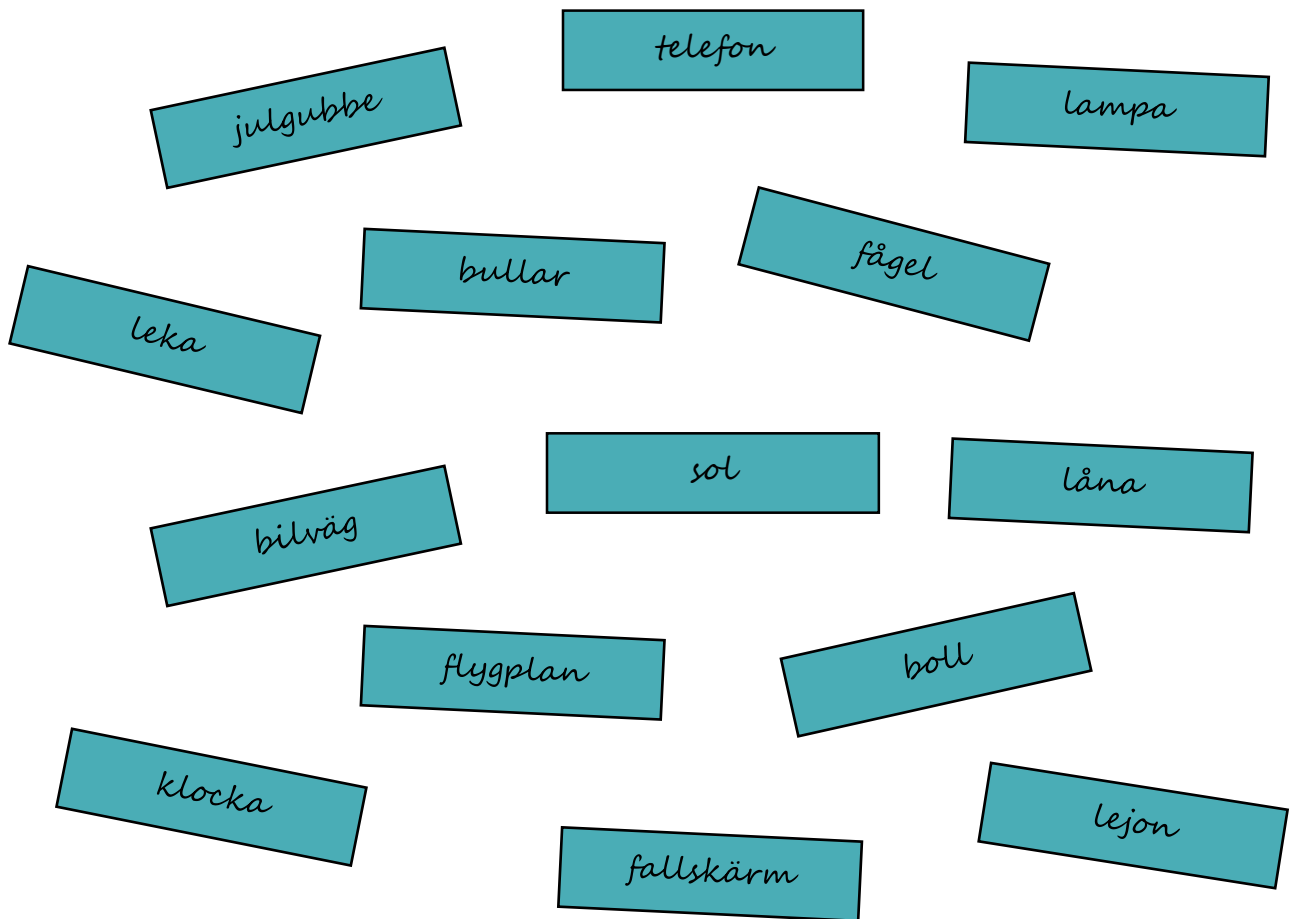
Lyssna efter i vilka ord L hörs. Den vuxne säger ordet och barnet drar ett streck från ordet till L-ljudet eller till soptunnan beroende på om ljudet hörs eller inte.



kopp, katt, lunch, sköldpadda, lärare, läkare
palm, t-skjorta, lampa, kamera, krokodill, ko,
ost, kalkon

Övning 2.

Den vuxna säger L-ord med rätt eller "fel" L-ljud (t.ex. ersätter L-ljudet med J-ljud, lämnar bort L-ljudet helt eller uttalar L-ljudet med tungan långt utanför munnen). Det är bra att variera med det sätt som barnet producerar ljudet. Barnet lyssnar på den vuxne och bedömer om den vuxne producerar orden korrekt eller fel.



Att producera ett L-ljud

L-ljudet produceras med tungspetsen mitt på tandvallen bakom övre framtänderna. Luften går längs tungans sidor och tänderna går inte ihop. Tungjumppa är en viktig del av L-övningen, för genom att träna tungan kan känen stabiliseras, tungans muskler förstärkas och kontrollen av dessa förbättras.



Övning 1.

Rör tandvallen med en sked eller lägg lite yoghurt eller glass bakom de övre framtänderna. Låt barnet hitta rätt ställe med tungspetsen. Öva på att föra tungan till rätt plats också utan hjälp av beröring. Det lönar sig att först öva framför en spegel. Spegeln kan sedan lämnas bort då det inte längre finns behov för den.

Övning 2.

För tungan upp och ned samt från mungipa till mungipa, utan att hakan följer med i rörelsen. Öva med bilderna nedan, med tärningsspel, framför spegeln eller som imitationsspel med en vuxen.



Öppna munnen



Lyft tungspetsen till tandvallen



Slicka nedre läppen



Lyft tungspetsen på övre läppen



För ihop läpparna och sug in kinderna



Fyll kinderna med luft



Slicka övre läppen



Göm nedre läppen ed övre tänderna



Göm övre läppen med nedre tänderna

START



Se glad ut



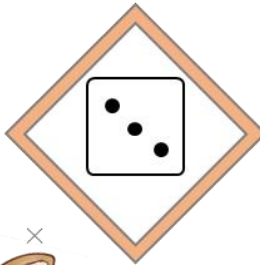
Försök slicka näsan



För tungan till sidan



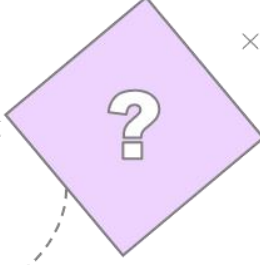
Hitta L-ljudets plats



Kasta på nytt



För tungan till sidan



Hitta på en tokig min. Gå sedan vidare.



Tvätta framtänderna med tungan



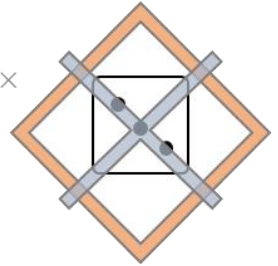
Fyll kinderna med luft



Runda läpparna som 'o'



Putta med tungan i kinden



Stå över ett kast



Hitta L-ljudets plats



För tungan från sida till sida



Sträck ut tungan



Gapa

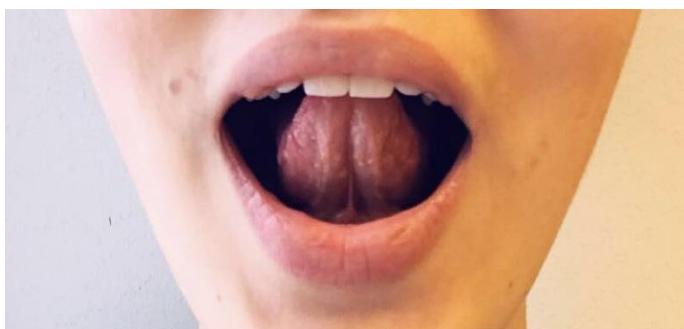


Putta med tungan i kinden

MÅL

L-ljudets hem

När barnet vet var L-ljudet borde produceras, kan föra sin tunga till tandvallen utan svårigheter och vet hur L-ljudet ska låta, har barnet goda förutsättningar att själv uttala ett korrekt L-ljud. Öva att producera L-ljudet framför en spegel tillsammans med en vuxen. Säg ljudet turvis, beröm barnet då det låter rätt. Då barnet kan uttala ett bra L-ljud, förstärk den enskilda ljudet genom att upprepa det t.ex. under bilresor och i spel (i tärningsspel så att barnet säger ett L-ljud vid varje steg). Det enskilda L-ljudet bör vara tydligt och säkert innan det kombineras med andra ljud.



Övning 1.

Lennart Lax simmar i vågorna med ett fint L-ljud och försöker undvika metkrokarna.

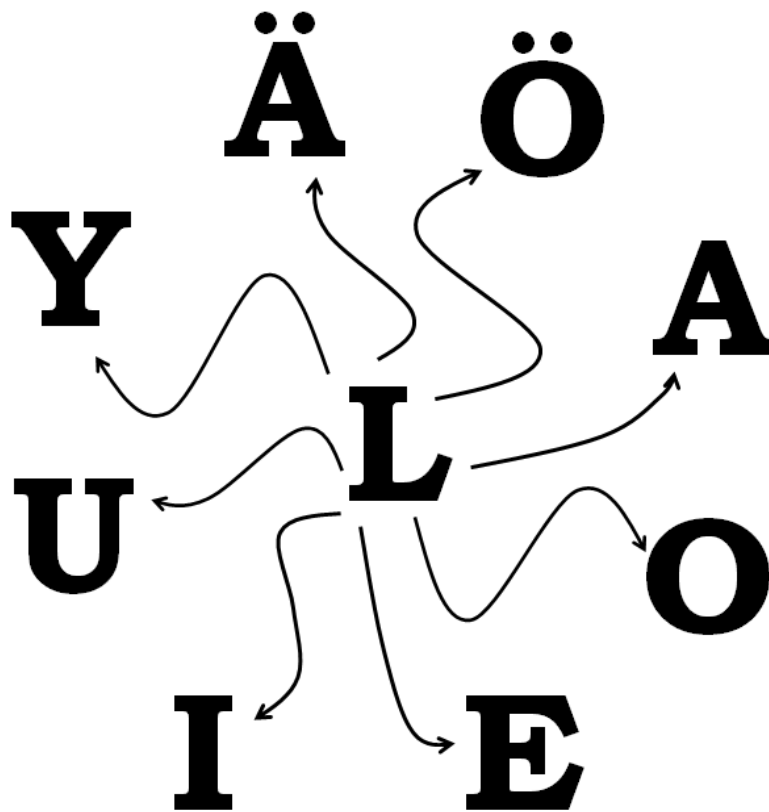


Att kombinera L-ljudet med en vokal

Då barnet kan producera ett enskilt L-ljud, kan det börja övas tillsammans med en vokal.

Övning 1.

Glid med L-ljudet mot en vokal, så att övergången blir smidig och utan paus (t.ex. "LLLLLLLAAA"). Rita samtidigt med fingret längs vägen från L-ljudet till vokalen. Då det lyckas, försök också göra en bra glidning åt andra hållet (t.ex. "AAAALLL").



Övning 2.

Då vokalstavelser lyckas, ersätt orden i en bekant sång med lallanden (Lallalla-lallalla-la osv.). Ni kan också leka en gissningslek, vem känner först igen sången?



L-ljudet i ord och meningar

Då barnet kan uttala ett bra L-ljud i stavelser, är det dags att öva på ljudet i ord. Det kan vara bra att börja med ord där L-ljudet finns i början av ordet och först sedan där det finns i andra positioner och ljudkombinationer.

Övning 1.

Hoppa längs stavelseraden fram till ordet. Om uppgiften är svår kan också målordet delas upp i stavelser (t.ex. LÅ-LÅ-LÅ-LÅ-LÅ-DA). Då du hoppat genom alla rader, hitta på flera ord som börjar på L-ljudet. Då det känns lätt att uttala orden med L-ljudet kan du minska antalet förstavelser.

Loppan Lars är på äventyr! Hoppa från ruta till ruta med ett fint L-ljud och titta vad Lars hittar på vägen.



LÖ LÖ LÖ LÖ LÖ



lök

LÅ LÅ LÅ LÅ LÅ



lås

LÅ LÅ LÅ LÅ LÅ



låda

LÄ LÄ LÄ LÄ LÄ



läsa

LE LE LE LE LE



lejon

LO LO LO LO LO



lock

LA LA LA LA LA



lampa

LA LA LA LA LA



larv

Övning 2.

Då förstavelserna inte längre behövs, övas ljudet i början av ord och sedan i mitten och slutet av ord. Om ljudet finns i mitten kan det vara till hjälp att dela upp ordet i stavelser för att få L-ljudet med. Ni kan öva med de spel som finns här eller också själv hitta på egna spel och lekar för att öva L-ord (t.ex. memoryspel med L-ord, Ett skepp kommer lastat med L-ord).

START

limpa

lejon

lapp

lyssna

lykta

KASTA PÅ NYTT

lim

lukta

TA TVÅ STEG BAKÅT

lampa

lokatt

låga

KASTA PÅ NYTT

läkare

låda

lego

lax

lastbil

TA TVÅ STEG BAKÅT

lås

MÅL

läsa

ligga

lamm

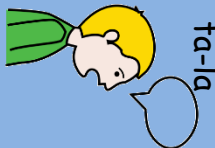
löv

lärare

START



ball



ta-la



må-la



koa-la



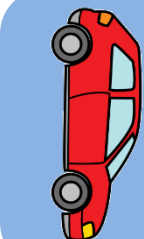
cyk-la



kål



nal-le



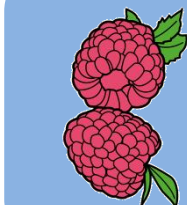
bil



tav-la



troll



hal-lon



me-lon



ugg-la



Ku-la



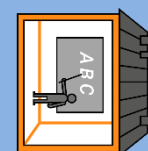
bul-lar



fil



vi-la



ska-la

MÅL

Övning 3.

Då enskilda L-ord lyckas bra utan hjälp av fartstavelser och utan att den vuxna säger ordet först, kan övningen framskrida till meningsnivå. På meningsnivå kan L-ljudet övas i övningsmeningar, i ramsor och i bekanta sånger.

Liten loppa

Liten loppa kokar soppa, har du hört sånt under!

Under över alla under, när en loppa kokar soppa

Hi hi hi ha ha ha! Kom får du se nåt riktigt bra!

Liten fluga bygger stuga, har du hört sånt under!

Under över alla under, när en liten fluga bygger stuga

Hi hi hi ha ha ha! Kom får du se nåt riktigt bra!

Två små löjor tvättar blöjor, har du hört sånt under!

Under över alla under, när två små löjor tvättar blöjor

Hi hi hi ha ha ha! Kom får du se nåt riktigt bra!

Liten katta väver matta, har du hört sånt under!

Under över alla under, när en liten katta väver matta

Hi hi hi ha ha ha! Kom får du se nåt riktigt bra!

Två små taxar fiskar laxar, har du hört sånt under!

Under över alla under, när två små taxar fiskar laxar

Hi hi hi ha ha ha! Kom får du se nåt riktigt bra!

L-ljudet i vardagstalet

När övningar på meningsnivå lyckas bra, är det dags att få med det nya ljudet i det vardagliga talet. Ni kan börja med korta stunder då ni kommer överens om att använda det "riktiga" L-ljudet. Bra stunder är till exempel matsituationer, spelstunder eller bilresor. I de här situationerna försöker barnet komma ihåg att använda det nya ljudet och den vuxna får påminna om L-ljudet glöms bort. En del barn kan ha hjälp av ett visuellt stöd för minnet, till exempel ett "L-kort" som får ligga på bordet under övningsstunden och tas bort efter 10 minuter. Utanför övningsstunderna behöver man inte påminna barnet om ljudet, utan då fokusera på innehållet i det barnet säger. Det nya ljudet sprids vanligen så småningom till spontantalet utanför övningsstunderna.

Trevliga övningsstunder önskar Raseborgs talterapeuter!

