



RASEBORG  
RAASEPORI

# S-övningshäfte



# Hemövningar för S-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 gånger 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.

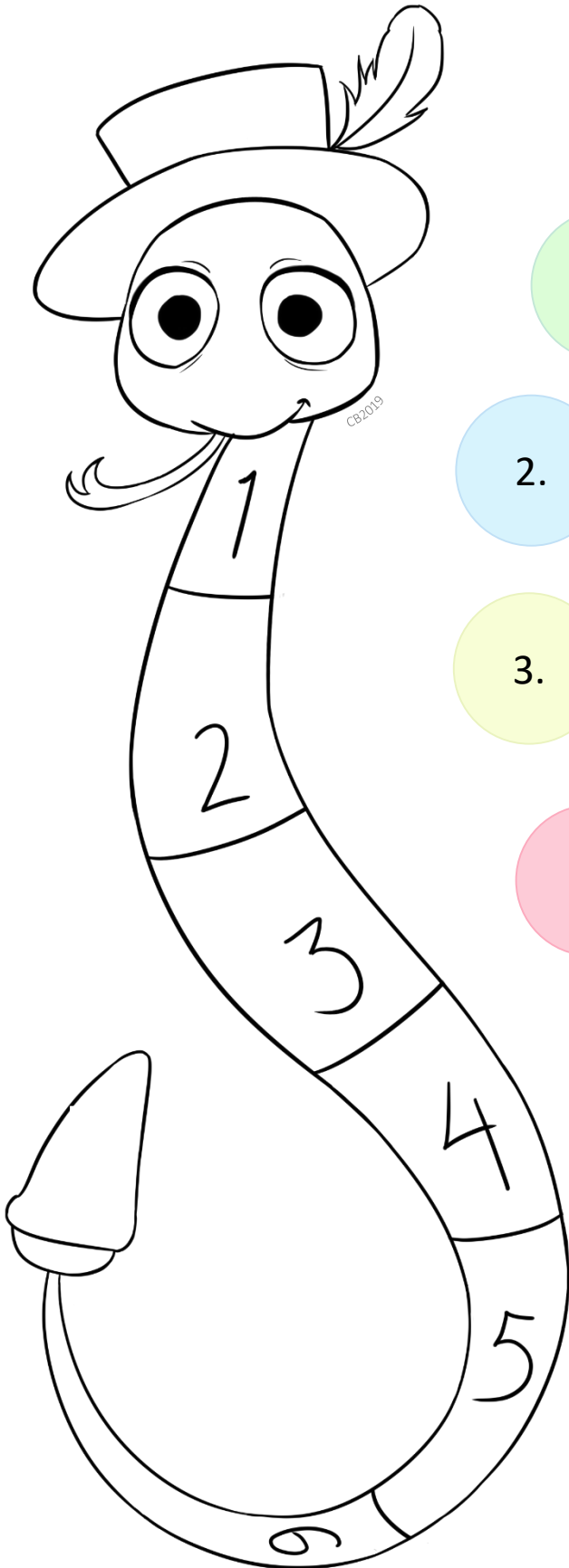
- **Övningarna bör göras noggrant.**

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.

# Övningsskeden



1.

Jag hör och känner igen S  
i ord

2.

Jag har övat mungymnastik

3.

Jag kan säga S-ljudet

4.

Jag kan säga S-ljudet tillsammans  
med vokaler  
(aa-ss, ee-ss, ss-aa, ss-ee, o.s.v.)

5.

Jag använder S-ljudet i  
övningssituationer

6.

Jag använder alltid S-ljudet

# Att känna igen S-ljudet

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

## Övning 1.

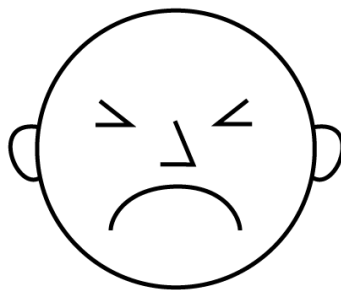
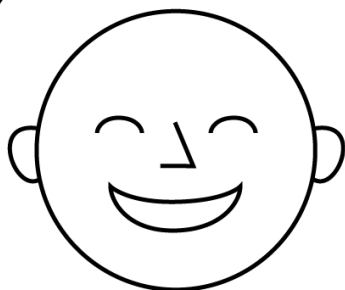
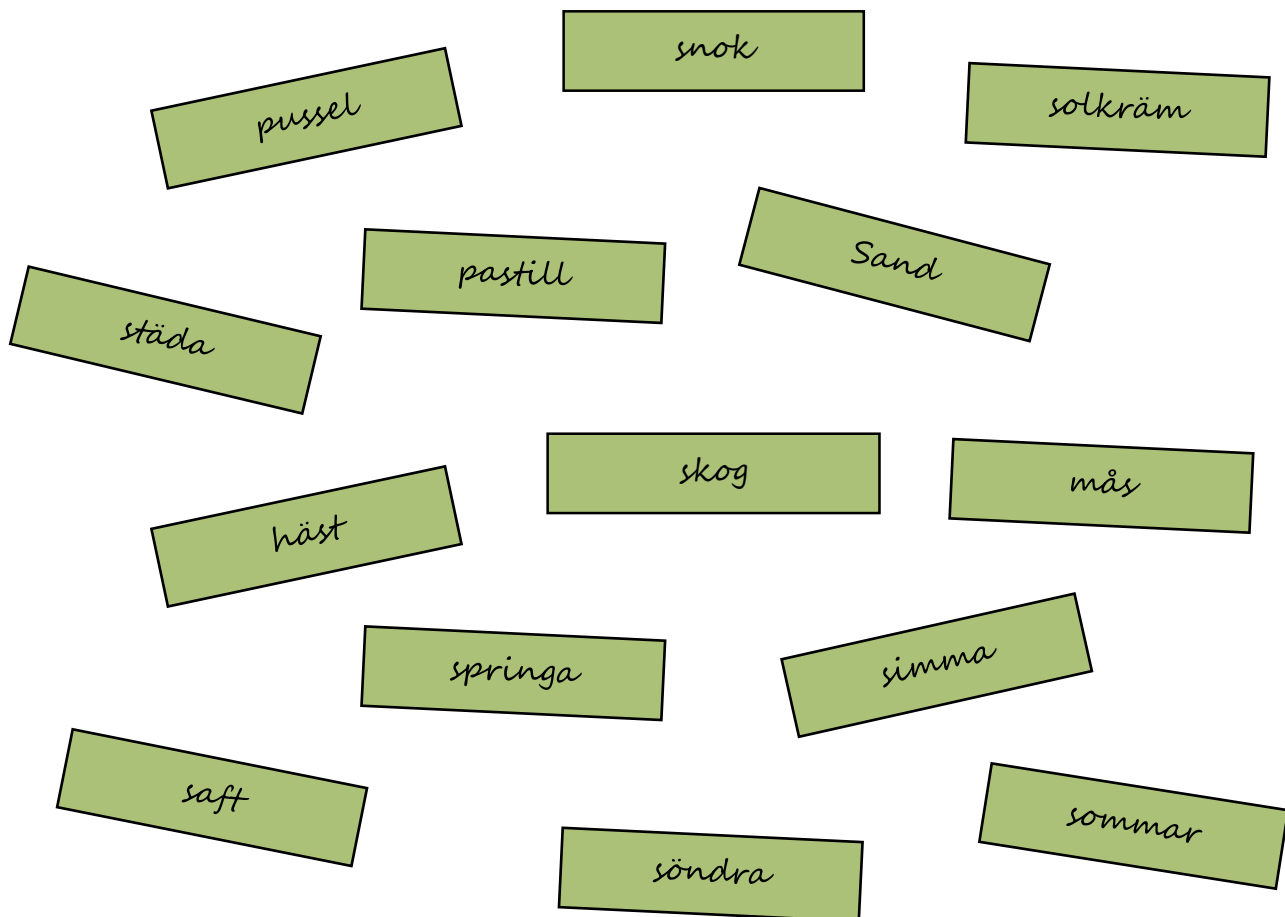
Lyssna efter i vilka ord S hörs. Den vuxne säger ordet, och barnet drar ett streck från ordet till ormen, om det hörs ett S i ordet. Om S inte hörs i ordet, drar barnet ett streck till sopkorgen. Försök lyssna efter om S hörs i början, mitten eller slutet av ordet.



bil, buss, hus, näsa, fisk, träd, sol, snigel, mus,  
höna, orm, kasse, gaffel

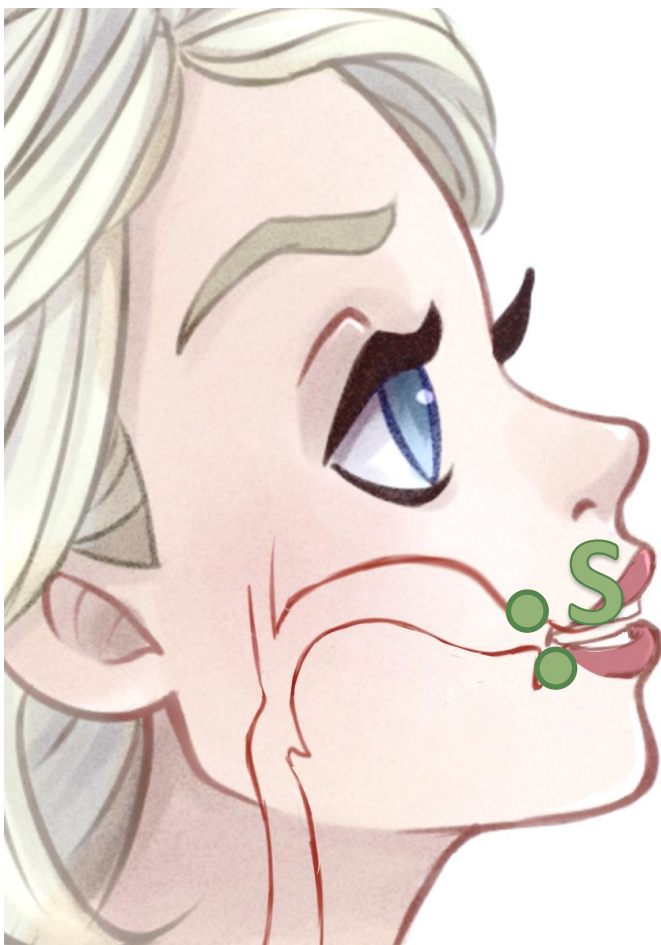
## Övning 2.

Den vuxna ersätter S-ljuden i en del av S-orden med T (eller med ett annat ljud som barnet använder istället för S) eller lämnar bort S-ljudet helt (exempelvis säger "kog" istället för *skog*). Barnet berättar/visar med tummen om den vuxna säger rätt eller fel.



## Att producera S-ljudet

S-ljudet kan produceras på två olika ställen. Antingen med tungspetsen uppe mot tandvallen, eller med tungspetsen nere mot de nedre tänderna, så att främre delen av tungryggen vidrör tandvallen. Oavsett artikulationsplats, så passerar luftströmmen som produceras över tungan, i en så kallad fåra. Tungjumppa är en viktig del av S-övningen. Genom att träna tungan kan käken stabiliseras, tungans muskler förstärkas och kontrollen av dessa förbättras.

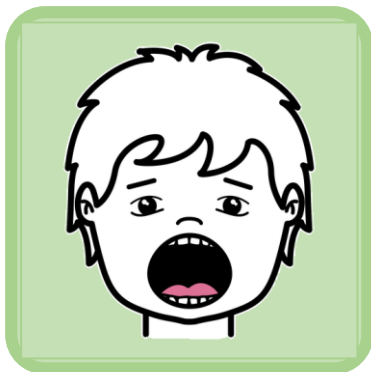


### Övning 1.

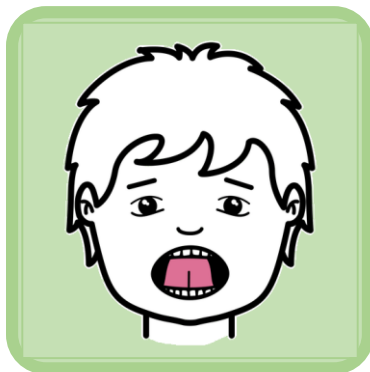
Bit lätt ihop och ljuda "sss". Låter det bra? För att s-ljudet ska låta rätt krävs att barnet kan rikta luftströmmen längs mitten av tungan. Om luften riktas fel låter det mera som ett "shhh"-ljud. Prova er fram framför spegel tills ni hittar ett bra s-ljud.

## Övning 2.

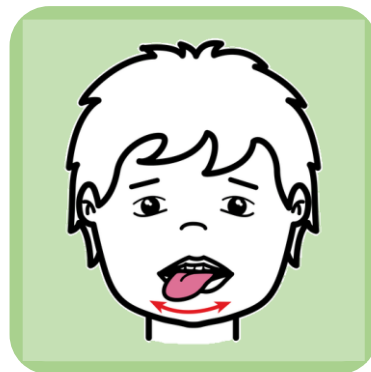
För tungan upp och ned samt från mungipa till mungipa, utan att hakan följer med i rörelsen. Öva enligt bilderna nedan, med tärningsspel, framför spegeln eller som en imitationslek tillsammans med en vuxen.



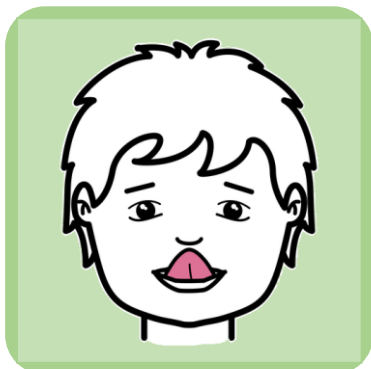
Öppna munnen



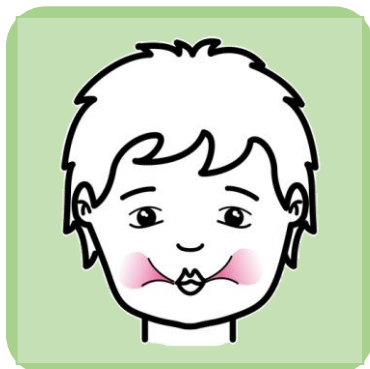
Lyft tungspetsen till tandvallen



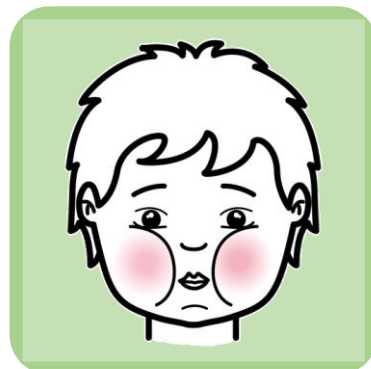
Slicka underläppen



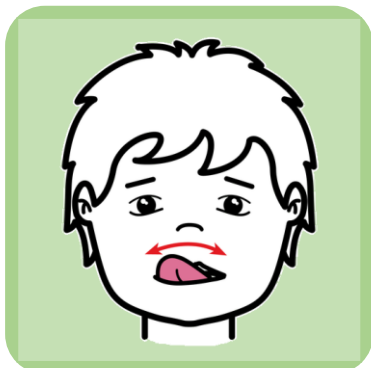
Lyft tungspetsen till överläppen



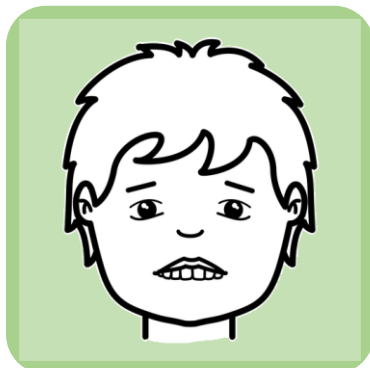
Sug in kinderna och håll ihop läpparna



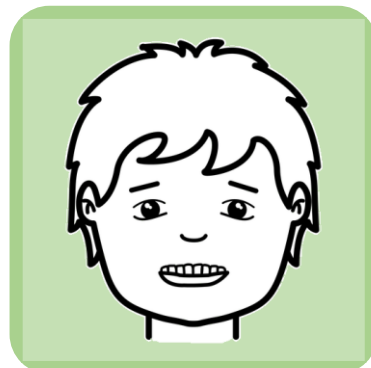
Blås upp kinderna med luft



Slicka överläppen



Göm nedreläppen bakom  
övre tänderna



Göm överläppen bakom  
nedre tänderna



START



Se glad ut



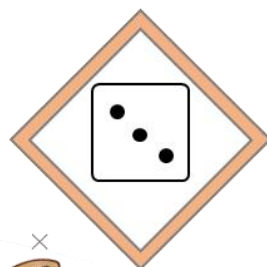
Försök slicka  
näsan



För tungan till  
sidan



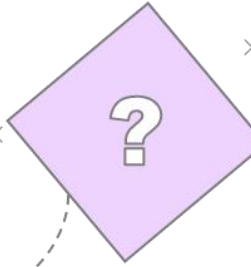
Hitta S-ljudets  
plats



Kasta på nytt



För tungan till  
sidan



Hitta på en tokig  
min. Gå sedan  
vidare.



Tvätta  
framtänderna  
med tungan



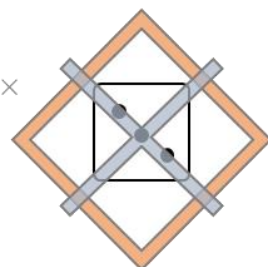
Fyll kinderna  
med luft



Runda läpparna  
som 'o'



Putta med  
tungan i kinden



Stå över ett kast



Hitta S-ljudets  
plats



För tungan från  
sida till sida



Sträck ut tungan



Gapa



Putta med  
tungan i kinden

MÅL

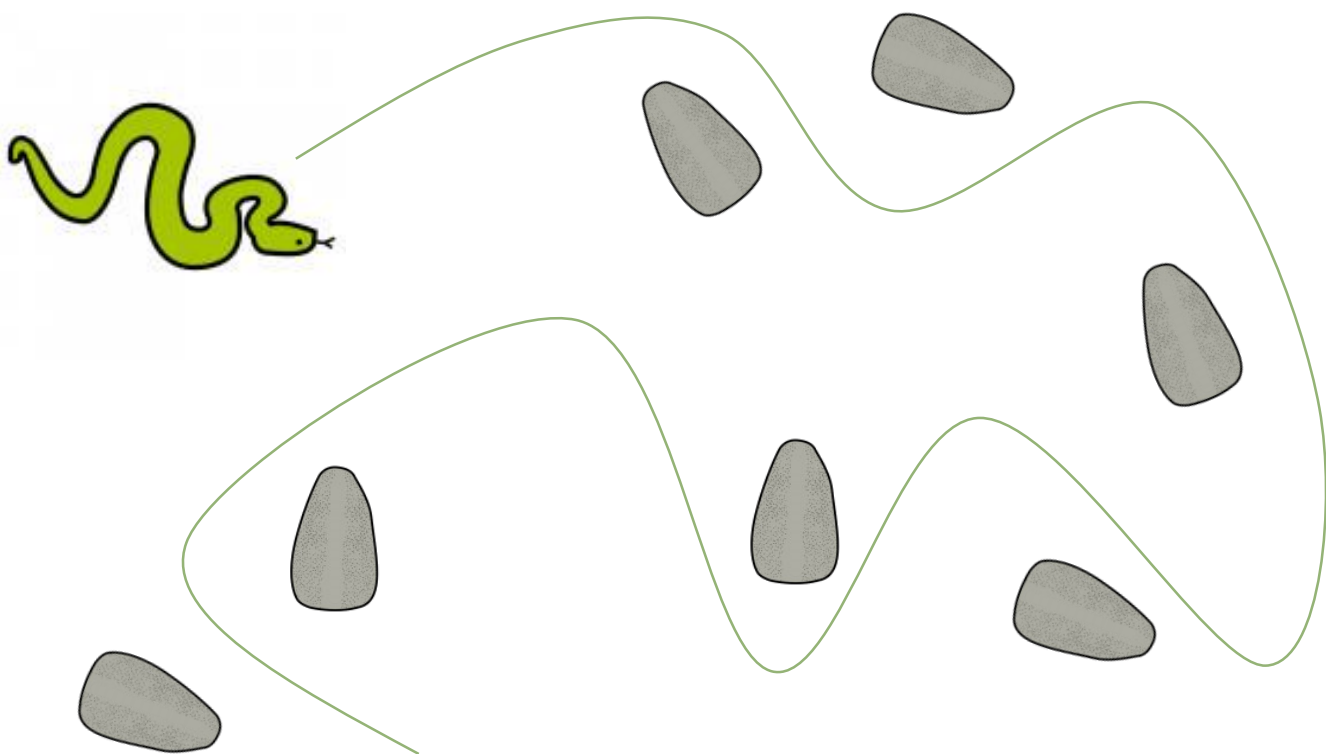


## S-ljudets plats

När barnet vet var s-ljudet produceras, kan hitta rätt plats för tungspetsen och vet hur s-ljudet låter är förutsättningarna för att läsa sig s-ljudet goda. Det är bra att öva s-ljudet tillsammans med en vuxen och framför spegel. Säg s-ljudet turvis och beröm barnet när ljudet låter rätt. När barnet har lärt sig att uttala s-ljudet rätt kan ni förstärka uttalet i olika situationer t.ex. under bilresor eller när ni spelar tärningsspel (säg s för varje steg ni hoppar framåt). S-ljudet borde låta tydligt och uttalet vara säkert innan man börjar öva att kombinera det med andra ljud.

### Övning 1.

Ormen slingrar sig fram mellan stenarna och säger "ssssss". Gör gärna övningen framför spegel till en början. Då uttalet av s-ljudet är mer säkert ni göra den utan spegel.



## Övning 2.

Grodorna tävlar om vem som kommer först till skatten. Barnet producerar ljudet för varje groda. Den vuxne eller ett syskon tar tid. Vilken av grodorna vinner tävlingen? Det är bra att tävla ofta, minst en gång i veckan.



**DSS-DSS**



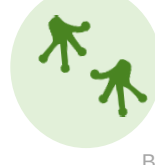
**EDS-EDS**



**TSE-TSE**



**ETS-ETS**

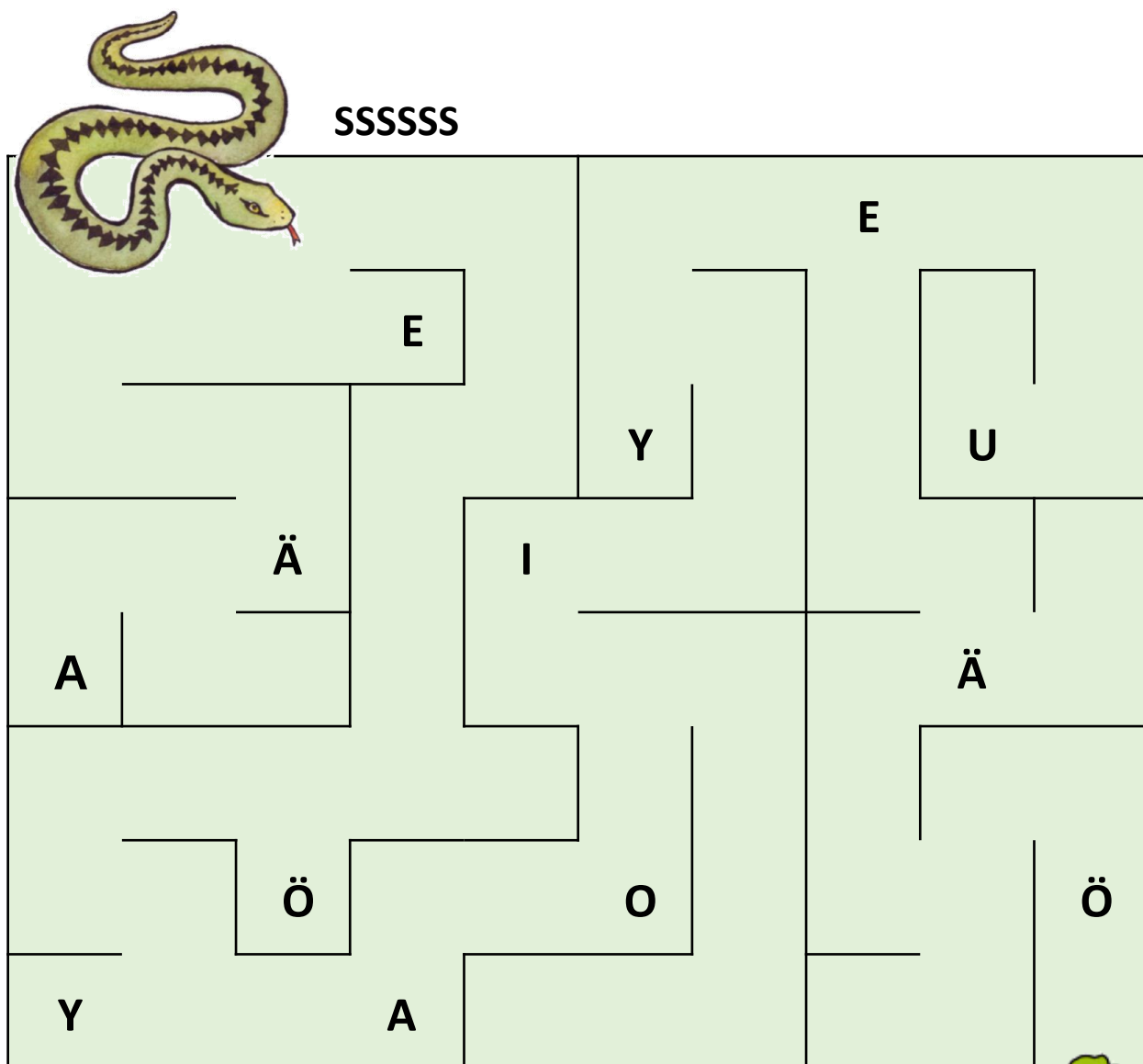


## Kombinera s-ljudet med vokal

När barnet har lärt sig att uttala s-ljudet enskilt, kan man börja öva att kombinera det med en vokal.

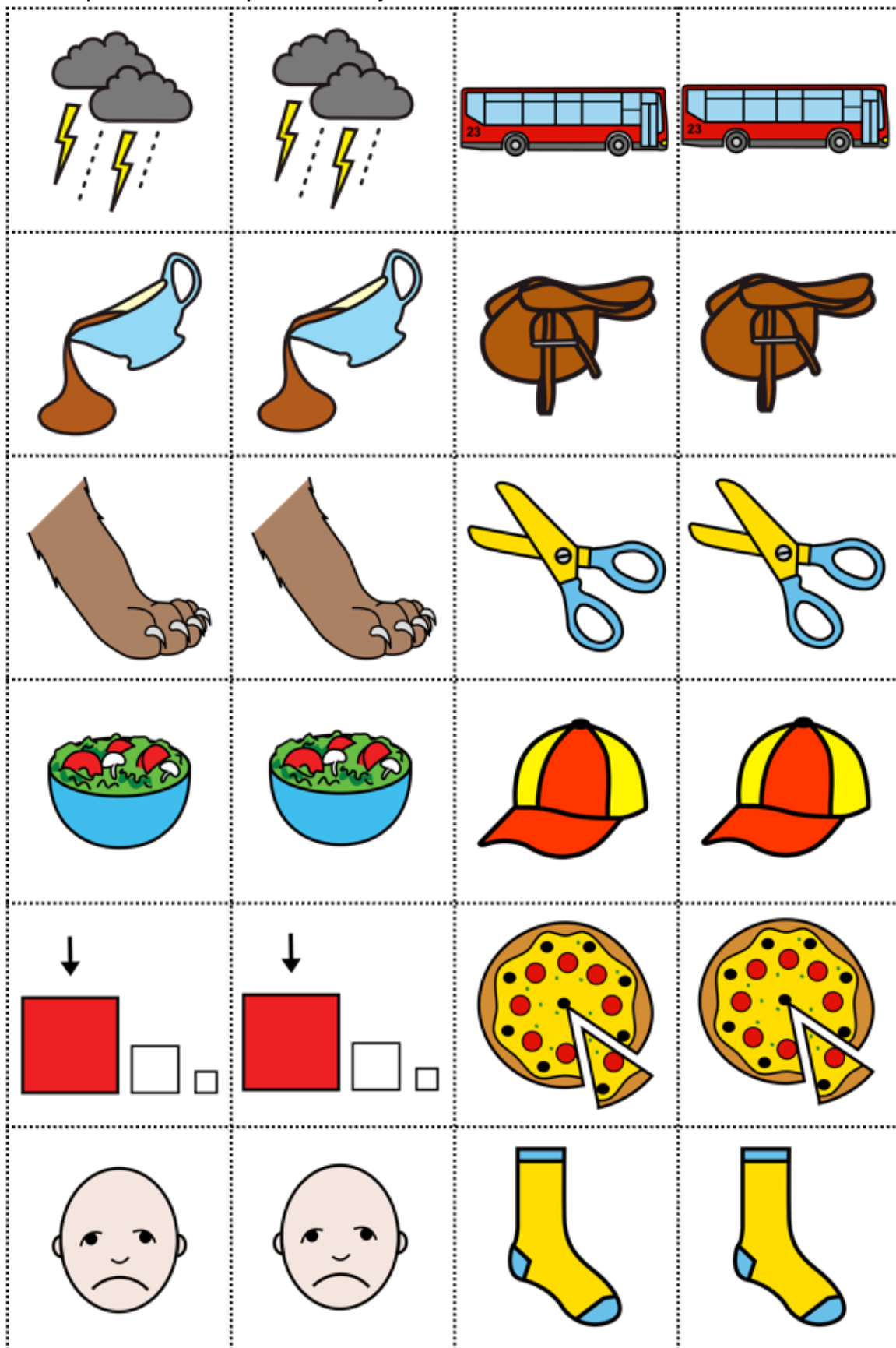
### Övning 1.

Ormen låter ssss när den slingrar sig fram och försöker hitta hem till skogen. När ormen kommer fram till en vokal kombinerar den ljuden t.ex. Sssss-aa.



## Övning 2.

S-ljudet i ord kan övas med olika spel, i lek och i vardagliga situationer. Skriv ut bilderna på sidan och spela memory med s-ord!



# S-ljudet på meningsnivå

Då s-ljudet lyckas bra i enskilda ord kan ni öva på att få med ljudet i hela meningar.

## Övning 1.

Hitta på meningar som passar till bilden, försök få med ord som innehåller s-ljud. Säg samma mening flera gånger och hitta efter hand på nya!

T.ex. Solen lyser på himlen, pojken har en simring.



## **S-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" s-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 s-ljudet glöms bort. En del barn kan ha hjälp av ett visuellt stöd för minnet, till exempel ett "s-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!**