


Vaje motorike govoril ali telovadba jezika, ustnic in čeljusti, se pogosto svetujejo in izvajajo z namenom, da bi pri otrocih, ki imajo težave z izreko posameznih glasov, dosegli bolj razumljiv in pravilnejši govor.

Tovrstne vaje vključujejo številne negovorne gibe, ki jih otrok izvaja s svojimi govorili, kot na primer oblizovanje ustnic, dvigovanje jezika do nosu, pošiljanje poljubčkov, šobljenje, odpiranje ust in podobno. Te vaje naj bi prispevale k izboljšanju moči struktur, ki so potrebne za govor, prav tako pa naj bi vplivale na izboljšanje spretnosti otrokovih govoril. Da bi bile vaje učinkovite in imele vpliv na izboljšanje moči govoril, jih je potrebno izvajati zelo pogosto, s številnimi ponovitvami in proti

odporu. Ker pa je za govor potrebno zelo malo moči (približno 10-20 % maksimalne moči ustnic in 11-15 % maksimalne moči čeljusti), vaje, s katerimi bi izboljšali moč govornih struktur, niso potrebne.

Vaje motorike govoril se pogosto uporabljajo tudi kot ogrevanje otrokovih govoril pred vajami, ki so namenjene izvabljanju in utrjevanju pravilne izreke posameznih glasov. Ogrevanje je smiselno pred vsako zahtevnejšo telesno aktivnostjo, govor pa sestavljajo majhni in fini gibi, ki ne zahtevajo napora, zato ogrevanje za govor ni potrebno.

Gibe, ki jih otrok izvaja med vajami motorike govoril, pogosto posnemajo gibe govoril med govorom, zato obstaja prepričanje, da ima izvajanje tovrstnih vaj pozitiven vpliv na razvoj govora oziroma izreke. Ugotovitve raziskav pa kažejo, da se med govorom aktivirajo povsem drugi deli možganov kot pri izvajanju vaj motorike govoril, kljub temu, da so gibi med seboj podobni, zato tovrstne vaje nimajo dokazanega vpliva na izboljšanje izreke.

V primeru, da vas skrbi otrokov govor, saj določenih glasov še ni usvojil ali pa jih izgovarja nepravilno, se obrnite na logopeda, ki vam bo pokazal vaje, ki so načrtno usmerjene v pridobivanje pravilne izreke posameznih glasov in ne vključujejo vaj motorike govoril.

*Viri:*

Bowen, C. (2005). *What is the evidence for...? Oral motor therapy*. ACQuiring Knowledge in Speech, Language, and Hearing, 7, 144-147.

Lof, G. L. in Watson, M. (2011). *Parent-Friendly Information about Nonspeech Oral Motor Exercises*. ASHA Annual Convention, San Diego, CA.

Lof, G. L. (2018). *Therapy for Speech Sound Disorders: What Works and Why NSOME Don't Work*. Oregon Speech and Language Association Fall Conference, Salem, Oregon.