

ĆWICZENIA USPRAWNIAJĄCE

SZCZĘKI DOLNEJ, JĘZYKA, WARG I KRTANI

Przyczyną niewyraźnej wymowy, pomijając upośledzenie słuchu ograniczające percepcję wysokich składowych /formantów, spółgłosek/, jest niedbałość w wymawianiu poszczególnych dźwięków, słaba ruchliwość szczęki dolnej /szczękościsk/ i języka.

Jedną z najważniejszych przyczyn tego zjawiska, poza nawykami nabytymi najczęściej przez naśladownictwo najbliższego otoczenia /rodzina, koledzy, naleciałości gwarowe i środowiskowe, języka obcego jeśli był przyswajany równolegle z językiem rodzimym/ jest istniejąca w człowieku podświadoma dążność do oszczędzania energii. Dążność ta, powoduje sprowadzenie wszystkich ruchów naszego aparatu artykulacyjnego do najkonieczniejszego minimum.

Dlatego jest rzeczą niezbędną stosowanie przed właściwymi ćwiczeniami dykcyjnymi – ćwiczeń przygotowawczych, mających na celu usprawnienie działania tych narządów odpowiednią „gimnastyką”.

Przy stosowaniu tych ćwiczeń należy pamiętać, że skupiona uwaga przy śledzeniu każdego ruchu języka czy warg oraz **s y s t e m a t y c z n o ś ć i c i e r p l i w o ś ć** decydują o wynikach.

Należy jednak tak ćwiczyć, by nie doprowadzić do zmęczenia fizycznego i psychicznego. Znacznie lepsze efekty dają ćwiczenia dykcyjne, wykonywane nie dłużej niż 10 do 15 minut, ale za to codziennie, aniżeli nawet dwie godziny poświęcone na ten cel np. raz na jakiś czas. Ćwiczenia mięśni należy więc prowadzić stale i systematycznie, wracać do przerobionych już ćwiczeń trudniejszych. Ćwiczenia sprawiające studentowi specjalną trudność winny być ćwiczone przez niego dotąd, dokąd nie osiągnie zupełnej poprawności.

Aby doprowadzić do poprawnego i wyrazistego mówienia, na wstępie należy doprowadzić do jak największej sprawności i gibkości całego mechanizmu naszej mowy, a więc i narządów artykulacyjnych, które są również narządami motorycznymi.

Ćwiczenia szczękowe

We wszystkich tych ćwiczeniach język powinien znajdować się w „pozycji kontaktowej”, tzn. spoczywać na dnie jamy ustnej, za dolnymi zębami, w idealnie płaskiej pozycji.

Celem tych ćwiczeń jest przede wszystkim zlikwidowanie szczękościsku, który powoduje mało aktywną artykulację, zniekształcanie niektórych grup spółgłoskowych /np. s, z, sz, ż, ś, ź/ i wpływa na złe brzmienie słowa mówionego.

U w a g a

Wszystkie ćwiczenia, zarówno szczękowe, językowe, wargowe jak i artykulacyjne, należy przerabiać w lusterku, kontrolując dokładnie wszystkie ruchy aparatu artykulacyjnego.

Ć w i c z e n i a

1. Wykonywać dolną szczęką ruchy, jakby się coś przeżuwało. Po chwili łączyć ruchy żucia z obniżaniem szczęki dolnej. Przez cały czas ćwiczenia należy spokojnie i prawidłowo oddychać. Język powinien spoczywać na dnie jamy ustnej.

2. Energiczne opuszczanie szczęki. Język utrzymywać w tzw. „Pozycji kontaktowej”.
/Opuszczać spokojnie szczękę, starając się o jak największe jej rozwarcie. Najpierw wykonujemy ćwiczenie spokojnie i powoli, potem krótkimi, nagłymi ruchami. Pilnować, aby w czasie opadania szczęka była rozluźniona/.
3. Wysuwamy szczękę dolną do przodu i cofamy do tyłu.
/Pilnować, aby mięśnie twarzy były rozluźnione. Powtórzyć ruch szczęki kilkanaście razy, począwszy od wolnego do coraz szybszego tempa/.
4. Przesuwamy szczękę rytmicznie na boki, zaczynając od wolnego do coraz szybszego tempa. Szczęka powinna być luźno opuszczona. Wyczuć jej ciężar. Język w pozycji kontaktowej.

Ćwiczenia językowe

Język przede wszystkim nadaje mowie ludzkiej jej właściwy kształt i brzmienie. Nawet najcichszy szept, bez pomocy języka jest niemożliwy. Zarówno przy wymawianiu samogłosek jak i spółgłosek /oprócz spółgłosek wargowych: p, b, m, w, f/ język jest najważniejszym narządem artykulacyjnym. Dlatego też powinien on być niezmiernie sprawny, giętki, elastyczny, aby mógł jak najszybciej przybierać różne kształty i położenia. Język jest jednym z najważniejszych narządów mowy. Wszystkie przecież narody nazwały mowę ludzką właśnie językiem.

Język zbudowany jest z ośmiu par mięśni ułożonych symetrycznie po obu stronach p r z e g r o d y j ę z y k o w e j, czyli warstwy tkanki łącznej, biegnącej przez jego środek /na powierzchni języka odpowiada jej rowek językowy/. Cztery pary mięśni mają po jednym przyczepie poza językiem, cztery pozostałe zaczynają się i kończą w samym języku. Pierwsza grupa mięśni nazywana jest zewnętrznymi, druga wewnętrznymi.

Język jest narządem zdolnym do wykonywania wielu skomplikowanych i precyzyjnych ruchów. Aby jednak osiągnąć perfekcyjną precyzję tych wszystkich ruchów, należy na ćwiczenia językowe zwrócić szczególną uwagę i wykonywać je bardzo starannie, dokładnie i systematycznie, tj. przynajmniej kilka minut dziennie.

Ć w i c z e n i a

1. Wywołać doznanie ciężaru szczęki dolnej, z jednoczesnym wysuwaniem warg ku przodowi i ich rozciąganiem jak przy uśmiechu. Ćwiczenie wykonywać spokojnie, nie naprężając zbytnio mięśni.
2. „Młynek” przy ustach zamkniętych.
Krążyć językiem w ustach w lewo i w prawo. Obroty języka coraz szybsze, lecz muszą być równocześnie równomierne i spokojne.
3. „Młynek” przy ustach otwartych.
Wargi ułożone jak do wymawiania samogłoski „a”. Nie zmieniając ich kształtu, wykonywać obroty języka wolne, równomierne, bez odrywania od warg. Obroty wykonujemy w prawo a następnie w lewo.

4. Wyrzut języka do przodu.
Czubek języka powinien być zaostrowany. Język wysuwamy najpierw powolnym ruchem, a następnie szybko i energicznie. Za każdym razem język powinien wrócić do „pozycji kontaktowej”.
5. Usta lekko otwarte.
Język w jak najszerszym kształcie wysuwać w dół, przykrywając nim dolną wargę. Powrót do pozycji kontaktowej.
6. Starać się sięgnąć czubkiem języka do nosa. Powrót do „pozycji kontaktowej”. Uważać, aby szczęka była nieruchoma i nie „pomagała” językowi w wykonywaniu ruchów.
7. Język sięga na przemian do nosa i brody. Średnie otwarcie ust. Szybkie uderzenie językiem na przemian w górną i dolną wargę. Szczęka nieruchoma.
8. Szybkie, stopniowo coraz szybsze uderzenie końcem języka o górne zęby i dolną wargę. Średnie otwarcie ust.
9. Starać się sięgać językiem jak najdalej w lewo i prawo, w górę i w dół. Usta lekko uchylone. Szczęka nieruchoma.
10. Rytmiczne uderzanie końcem języka o ostatnie dolne zęby. Szczęka nieruchoma.
11. „Koci grzbiet”. Koniec języka oparty o dolne zęby. Rytmiczne wypychanie języka do przodu i powrót do kontaktowej.
12. „Łopatka i zwężenie”.
Rozluźniony język lekko wysuwamy do przodu, a następnie ściągamy przy pomocy bocznych mięśni. Powtarzać te ruchy rytmicznie kilkanaście razy.
13. Sięgamy na przemian czubkiem języka do lewego i prawego policzka, tak jakbyśmy chcieli coś z tych policzków zlizywać.
14. „Wahadełko”.
Wykonujemy językiem poziome, wahadłowe ruchy.
a/ rozluźnione mięśnie języka,
b/ spięte mięśnie języka.
15. Górna warga mocno napięta na górnych zębach. Język ją spycha.
16. „Koniki”.
Uderzamy czubkiem języka o twarde podniebienie, naśladując przy tym odgłos biegnącego konia. Bardzo aktywny ruch.
17. Sięgamy czubkiem języka do miękkiego podniebienia. Powrót do kontaktowej.
18. Szybkie uderzenie językiem za górne, przednie zęby. Powrót do kontaktowej.

19. Zwinąć język w trąbkę /rulonik/ i w tej pozycji wysunąć przed wargi. Następnie dmuchać tak, aby powietrze przepływało tylko przez rulonik, a nie bokami.
/Ćwiczenie to, jest szczególnie ważne dla tych osób, którym sprawia trudności prawidłowa wymowa spółgłosek: s, z, c, dz, sz, ż, cz, oraz ś, ź, ć, dź/.
20. Oblizywanie warg, stopniowo zaginając coraz bardziej na zewnątrz koniuszek języka.
21. Podnoszenie i opuszczanie tylnej części języka. Koniuszek języka opiera się o dolne dziąsła, a tylna część języka podnosi się dotykając miękkiego, częściowo zaś twardego podniebienia.
22. „Cmokanie” językiem o podniebienie.
23. Wysunięty „żądłem” język chować do ust tak, by dotykał on górnych zębów i podniebienia.
24. Wodzenie językiem po podniebieniu w różnych kierunkach.
25. Nie odrywając języka od podniebienia otwierać i zamykać usta. Koniuszek języka dotyka górnego dziąsła.
26. Koniuszek języka opiera się o dolne zęby i dziąsło. Usta początkowo zamknięte, potem otwarte.
27. Przyciskać czubek języka na przemian – do górnych i dolnych siekaczy.
28. Taki sam ruch języka – z tym, że jego koniuszek umieszczony jest między zębami a wewnętrzną powierzchnią warg.
29. Przygryźć lekko język, zostawiając wolnym jego koniuszek. W tym położeniu koniuszek języka zaginać w górę i w dół.
30. Naprzemienne formowanie języka w „łopatę”, „żądło”, i „łódeczkę”.
31. Powtarzanie głosek: da-da-da-da... ta-ta-ta-ta... na-na-na-na... ra-ra-ra-ra... ka-ka-ka-ka... ga-ga-ga-ga... cza-cza-cza-cza.
32. Wymawiać /silnie przyciskając język do zębów i energicznie go od nich odrywając/ sylaby: ni-ny, ni-ny, ni-ny..., następnie na odwrót: ni-ny, ny-ni, ny-ni.
33. Wymawiać w podobny sposób, jak w poprzednim ćwiczeniu, sylaby: te-de-te-de-te-de... i na odwrót: de-te-de-te-de-te...

U w a g a

Ćwiczenia – 31, 32, 33 należy wykonywać najpierw pełnym głosem a potem szeptem.

Ćwiczenia wargowe

Wargi są narzędziem ruchliwym, mogą wysuwać się do przodu, lub cofać, przyciskając się jednocześnie do łuków zębowych.

O ruchach warg decyduje dość duża liczba mięśni twarzy. Najważniejsze z nich, to:

1. mięsień okrężny warg, inaczej zwieracz ust, ściągający wargi i wysuwający je ku przodowi;
2. mięśnie warg górnej:
 - jedno z nich – unoszą wargę ku górze, drugie podnoszą kąty ust ku górze, jeszcze inne: pociągają kąty ust ku tyłowi i w bok;
3. mięśnie wargi dolnej
 - opuszczają wargę dolną i kąty ust.

Pracę warg można więc uaktywnić przez odpowiednio dobrane i stosowane systematycznie ćwiczenia różnych grup mięśniowych warg a mianowicie:

Ć w i c z e n i a

1. Wysuwanie warg do przodu, jak przy chuchaniu np. na zmarzniętą szybę.
Należy zwrócić szczególną uwagę na to, by ruch warg był symetryczny. /Górna warga jest zwykle mniej ruchliwa, a dolna wysuwa się łatwiej ale wraz z dolną szczęką – błąd/
Dlatego bardzo ważna jest kontrola w lusterku.
2. Usta zamknięte, ułożone w dzióbek. Tak wysuniętymi wargami wykonujemy jak największe obroty w lewą stronę, a następnie w prawą.
3. Układamy wargi w „dzióbek” i przesuwamy raz w lewo raz w prawo – na środku na chwilę zatrzymanie /tzw. „króliczek”/.
4. „Rybka”. Wykonujemy wargami ruchy przypominające łapanie powietrza przez rybę.
5. Unoszenie górnej wargi do nosa.
Początkowo, jeśli jest to konieczne – za pomocą dolnej wargi, następnie bez jej pomocy. Należy doprowadzić do tego, by górna warga lekko i swobodnie unosiła się do góry, a dolna pozostawała w spoczynku. Usprawnienie mięśni górnej wargi należy doprowadzić do tego, by można było utrzymać bez trudu ołówkę między górną wargą a nosem /oczywiście bez pomocy dolnej wargi/.
Uwaga: ćwiczenie to dobre jest na uaktywnienie nieruchomej górnej wargi.
6. „Murzyńskie wargi”. Wywijamy na zewnątrz dolną i górną wargę równocześnie.
7. Wargi ułożone jak do wymawiania spółgłoski „f”. Wciąganie powietrza naśladujące ssanie tataraku.
8. „Przeczesywanie” górnej i dolnej wargi zębami. Następnie „przeczesywanie” oddzielnie prawej i lewej strony górnej wargi.
9. „Strzelanie wargami”.
10. Uśmiech i zlikwidowanie.

11. Zdmuchiwanie świecy, a następnie papierka, z różnych odległości.
12. Ruchy ssące: zwarte wargi uwypuklają się do przodu a następnie powracają do pierwotnego położenia. Szczęki zwarte.
13. Wyszczierzanie zębów: przy zwartych zębach, wargi rozciągają się w lewo i prawo, ukazując oba rzędy zębów.
14. Ruchy ssące, z następującym po nich wyszczerzaniem zębów przy zwartych zębach.
15. Wyszczierzanie zębów, z otwieraniem i następującym po nim zamykaniem ust i zwieraniem warg.
16. Wyszczierzanie zębów, przy nieruchomo otwartych ustach z następujących po nim zakryciu wargami górnych i dolnych zębów.
17. Wyciąganie warg w „ryjek” przy szczękach rozwartych.
18. Wciąganie warg wewnątrz ust i przyciskanie ich do zębów.
19. Podnoszenie i opuszczanie ściśle zwartych warg, przy zwartych szczękach.
20. Naprzemienne nabieranie powietrza pod górną i dolną wargę.
21. Wykonywać następujące ruchy warg: składać je, jakby się chciało gwizdać i rozciągać uśmiech, zwierać je i rozwierać, starać się sięgać górną wargą jak najwyżej itp.
22. Wydychanym strumieniem powietrza wprowadzić w ruch drgający przymknięte wargi i utrzymać ten ruch możliwie długo. Pierwszym efektem akustycznym tego ćwiczenia jest głoska „p”.
23. Opukujący masaż policzków końcami palców.
Masujemy także wargi, nie rozmasowując jednak „rynienki” górnej wargi:
a/ najpierw nabieramy w usta powietrza /odęte policzki/
b/ następnie mięśnie twarzy zupełnie rozluźnione.

Gimnastyka krtani i podniebienia miękkiego

K r t a ń jest narządem bardzo delikatnym i wrażliwym. Toteż wszelkie niesprzyjające warunki jak np. zbyt głośne mówienie, krzyk połączony ze zwarciami krtaniowymi, przeciążanie krtani, mówienie na „ściśniętym” gardle itp. mogą spowodować zgrubienia zmniejszające elastyczność więzadeł tzw. **g u z k i ś p i e w a c z e** lub **f o n a s t e n i ę** przejawiającą się trudnościami w operowaniu głosem i wydobywaniu go. Ćwiczenia mięśni krtani są szczególnie pomocne wówczas, gdy mówiący wykazuje tendencje do zaciskania gardła i siłowego mówienia które prowadzi do wydawania specyficznej, nienaturalnej barwy głosu i jest niebezpieczne dla pracy więzadeł głosowych.

P o d n i e b i e n i e m i ę k k i e jest to fałd mięśniowy, o ruchach którego decydują cztery pary mięśni. Podniebienie miękkie zakończone jest języczkiem. Przy oddychaniu podniebienie miękkie zwisa, opierając się nawet o obsadę języka; przy połykaniu

i wymawianiu większości głosek napina się i unosi ku górze, zamykając przejście do jamy nosowej. Przejście do jamy nosowej zostaje ostatecznie zamknięte przez uniesiony ku górze języczek. Niedowładny mięśni podniebienia miękkiego mogą powodować nosowe brzmienie samogłosek i spółgłosek ustnych, wskutek niedostatecznego zamknięcia przejścia do jamy nosowej.

U w a g a: przy przerabianiu niżej podanych ćwiczeń zwrócić uwagę na zmiany jakie następują w ww. narządach mowy, na pracę poszczególnych mięśni krtani i podniebienia miękkiego. Starać się zapamiętać i utrwalić te doznania mięśniowe. Najmniej męczące jest mówienie na tzw. „otwartym gardle” i przy niskim położeniu krtani.

Ć w i c z e n i a

1. Głośne wymawianie samogłoski „a” – legato i staccato.
2. Gwizd na niskim tonie.
Krtani musi się znajdować w jak najniższym położeniu.
3. „Krople deszczu”.
Przez podnoszenie i opuszczanie krtani otrzymujemy charakterystyczny efekt spadających kropeł.
4. Wprawiamy w ruch podniebienie miękkie. Wargi ułożone jak do wymawiania „a”.
Doprowadzamy do swobodnego ziewnięcia. Przy okazji sprawdzić ruch dolnych niezrośniętych żeber. Zwrócić również uwagę na niskie położenie krtani, miękkiego podniebienia i języczka.
5. Wymawiać spółgłoskę „k” – przy podniebieniu. Zaczynać wolno zwiększając szybkość.
6. Powtarzać dźwięk „ng”, przedłużając dźwięk „n” z szybkim oderwaniem języka od podniebienia miękkiego przy „g”.
7. Wymawiać dokładnie, zwiększając tempo wymawiania, następujące dźwięki:
 - ung-a, unk-a, ung-a, unk-a... itd.
 - ak-ka, ag-ga, ok-ko, og-go, ek-ke, eg-ge, uk-ku, ug-gu, ik-ki, ig-gi, yk-ki, yg-gi... itd.
 - ki-ke-ka-ko-ku, gi-ge-ga-go-gu... itd.

SAMOGŁOSKI

Samogłoski powstają przez rezonans akustyczny całej jamy ustnej, który nadaje każdej z nich właściwą jej barwę akustyczną. Dźwięk ich – wytwarzamy przez więzadła głosowe, płynnie bez przeszkód.

Usta nadają mu właściwą formę plastyczną.

S a m o g ł o s k i - to muzyczne pierwiastki mowy ludzkiej, decydujące o melodii danego języka /wg Helmholtza i Tyndalla – każda samogłoska posiada swój ton muzyczny, swoją oktawę. Np. „a” brzmi o oktawę wyżej niż „u”, „e” natomiast o oktawę wyżej niż „a”/. Poeta J. Rimbaud dowodzi w swym sonecie pt. „Samogłoski”, że każda samogłoska ma swój własny kolor:

„A czerń, E biel, I czerwien, U zieleń, O błękitny”

A jest „czarne, podobne do kosmatego brzucha wielkiej brzęczącej muchy”, E białe, „białością równe lodowcom, namiotom i parze”, I czerwone, „podobne krwi wypłutej lub pięknym śmiejącym się ustom” itd. Jak widzimy, Rimbaud podnosił samogłoski do roli symbolu w kolorystyce wiersza.

I faktycznie – jest faktem niezaprzeczalnym, iż ze względu na swój muzyczny charakter – samogłoski służą przede wszystkim do wyrażania i wywoływania uczuć. Czyste, dźwięczne, wyraziste i pełne wymawianie samogłosek, uwydatnia ich znaczenie i właściwość. Można zaryzykować twierdzenie, iż znakomicie wykształconego mówcę można poznać po doskonałej wymowie samogłosek ustnych: a, o, e, u, i, y.

Artykulacja samogłosek

Samogłoski, czyli – głoski otwarte, charakteryzują się największym oddaleniem od siebie narządów mowy w jamie ustnej. Przy wymawianiu samogłosek nie można wskazać dokładnego, jednego miejsca artykulacji /np. jak w przypadku głoski wargowo-zębowej czy średniojęzykowej/, tzn. „specyficznego miejsca artykulacji”. Chcąc dać dokładny opis głoski, prawie w równej mierze należy uwzględnić położenie wszystkich trzech ruchomych

- n a r z ą d ó w n a s a d y:
- podniebienia miękkiego
 - języka
 - warg.

Artykulacja wargowa

Przy przejściu od a – e – y – i:

1. Warga górna i dolna zbliżają się do siebie.
2. Otwór wargowy rozszerza się nieznacznie wzdłuż.
3. Kąciki ust nieznacznie się cofają.

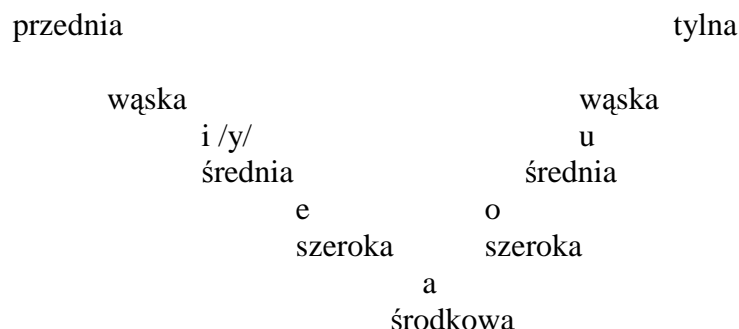
Uwaga: samogłoski p r z e d n i e /tzn. e, y, i/ połączone są zawsze ze spłaszczeniem warg – średnim przy „e”, wąskim przy „i”, „y”.

Przy przejściu od: a – o – u:

1. Zbliżanie się warg do siebie w linii pionowej
2. Zbliżanie się warg do siebie w linii poziomej
3. Wysuwanie kącików ust do przodu.

Uwaga: przy samogłoskach t y l n y c h /tzn. o, u/ wargi są zaokrąglone – średnio przy „o”, wąskie przy „u”.

Artykulacja językowa



Trzy zasady wymawiania samogłosek

1. Wymawiając samogłoski, należy otwierać usta i kształtować układ warg jeszcze przed rozpoczęciem ich wymawiania.
2. Przestrzegać niezmiennego, jednolitego brzmienia każdej samogłoski przez cały czas jej trwania.
3. Pilnować, aby wszystkie samogłoski w czasie ich wymawiania znajdowały się w jednym kanale głosowym i aby dźwięk wytwarzał się jakby na wargach oraz przedniej części podniebienia twardego.

Ćwiczenia samogłoskowe

Ć w i c z e n i e 1

Poszczególne samogłoski wymawiać najpierw staccato, a potem legato np. a, a, a, a, a, a, ..., potem: aaaaaaaaaa...

Ć w i c z e n i e 2

Wypowiadać kolejno każdą samogłoskę najpierw staccato, potem legato, tzn. a-o-e-u-i-y; potem na jednej fali wydechowej: aoeuiy, uważając jednak, aby każda samogłoska została wypowiedziana i była „czytelna”.

Ć w i c z e n i e 3

Wymawiać samogłoski: a-o-e-u-i-y bezgłośnie, szeptem, półgłosem, głośno, kontrolując przy tym w lusterku prawidłowy układ narządów artykulacyjnych, typowy przy wymawianiu poszczególnych samogłosek.

Ćwiczenie 4

Wymawiać samogłoski parami: a/ staccato, b/ legato.

a/ a-a, a-o, a-e, a-u, a-i, a-y
o-a, o-o, o-e, o-u, o-i, o-y
e-a, e-o, e-e, e-u, e-i, e-y
u-a, u-o, u-e, u-u, u-i, u-y
i-a, i-o, i-e, i-u, i-i, i-y
y-a, u-o, y-e, y-u, y-i, y-y

b/ aa, ao, ae, au, ai, ay
oa, oo, oe, ou, oi, oy
ea, eo, ee, eu, ei, ey
ua, uo, ue, uu, ui, uy
ia, io, ie, iu, ii, iy
ya, yo, ye, yu, yi, yy
ja, jo, je, ju, ji;

Ćwiczenie 5

Wszystkie samogłoski wymawiamy dokładnie i precyzyjnie wg podanego wzoru.
Uwaga: przed wszystkimi samogłoskami wymawiamy jakby delikatne „h” w myśli:

„a”	-	^h aaa ^h a		
„o”	-	^h aaaaaaa ^h o	;	^h a... ^h o ^h o.
„u”	-	^h aaaaaa ^h o ^h u	;	^h aaaa ^h ou ^h u.
„e”	-	^h aaaaaa ^h e	;	^h aaaa ^h e ^h e
„i”	-	^h aaaaaa ^h e ^h i	;	^h aaaae ^h i ^h i
„y”	-	^h aaaaaei ^h y	;	^h aaaaeiy ^h y

Ćwiczenie 6

Stajemy oparci o stół, głowa nisko opuszczona. Wymawiamy następujący tzw. „słupek samogłoskowy”, pilnując staranności artykulacyjnej i bliskiego brzmienia głosu. Pamiętać, że głos wytwarzający mowę powstaje na ustach a nie w gardle.

a-e-y-i-o-u
e-y-i-o-u-a
y-i-o-u-a-e
i-o-u-a-y-i
o-u-a-e-y-i
u-a-e-y-i-o

powyższe ćwiczenie wykonujemy najpierw staccato, potem legato.

Ćwiczenie 7

Wszystkie ww. ćwiczenia powtórzyć przed zapaloną świecą. Płomień świecy ustawić w odległości około 20 cm od warg. Samogłoski wymawiać tak, aby płomień świecy nie drgnął /chodzi o sprawdzenie, czy cały strumień wydychanego powietrza zostaje przetworzony w dźwięk/.

Ćwiczenie 8

Wypisać kilkanaście wyrazów wielosylabowych. Podkreślić w nich samogłoski. Wymawiać je kilkakrotnie, pamiętając przy tym o trzech zasadach wymawiania samogłosek. Następnie wymawiać cały wyraz ze zwróceniem uwagi na czyste brzmienie samogłosek np.:

laryngologia

epomucen

fizjologiczne

psychopatia

intelektualny

schizofrenia

uniwersalny itp.

Ćwiczenie 9

„Przenosimy” poszczególne samogłoski na określoną odległość, idąc spokojnym krokiem kilka metrów. Dźwięk powinien być przeniesiony na jednym tonie i równo brzmiącym głosem. Wykorzystać podparcie oddechowe i tzw. „gospodarkę oddechową”. Zaczynać od wybranej spółgłoski. Np.

maaaaaaaaaaaaaaaaaaaaa.....

booooooooooooooooooooo.....

neeeeeeeeeeeeeeeeeeeee.....

wuuuuuuuuuuuuuuuuuu.....

hiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiiii.....

ryyyyyyyyyyyyyyyyyyyyy.....

Ćwiczenie 10

Wypisać po kilka wyrazów zaczynających się na poszczególne samogłoski i głośno je wymawiać. Np.

altana, Alicja, ambrozja, agawa, abnegat, Afryka, Antarktyda, okno, obora, ogień, ogrodnik, ogrodzenie, olbrzym, ogrom, ogórek, ekierka, Edward, Ewa, elipsa, Europa, Eugeniusz, eukaliptus, ulica, uniwersytet, uniwersalny, unikalny, ubogi, umrzeć, igła, Ilona, Iza, imbryczek, imbir, ironia, irys, ideał

Ćwiczenie 11

Ćwicząc prawidłową wymowę tzw. d y f t o n g ó w s a m o g ł o s k o w y c h możemy postępować w dwojaki sposób:

a/ rozgradzamy je zamknięciem szpary głosowej /jak np. przy wymawianiu: aeronauta, oaza, droga, Aнна, Hafne i Amida, Eugeniusz/,

- b/ nie przerywając brzmienia wyrazu, zmieniać szybkim ruchem pozycję samogłoskową, pozostawiając jednak w każdej pozycji dostateczną dla odrębnego wytworzenia samogłoski ilość czasu.

Ć w i c z e n i e 12

Wymawiając niżej podane, krótkie fragmenty wierszy zwracając uwagę na tzw. zjawisko *a s o n a c j i*. /tzn. identycznie blisko po sobie następujących samogłosek/ i wyszukać w nich zjawiska melodycznego mowy polskiej oraz ich znaczenia estetyczno-językowego.

1. Pani zabija pana. /Mickiewicz/
2. Tatarak zaszumiał w wądolcach. /Kasprowicz/
3. Aby tak kłeły, jak ja, aby płakały jak ja. /Kasprowicz/
4. Przeze mnie, przeze mnie przenikniesz wieków ciemnie. /Kasprowicz/
5. Co iskrzy i błyska i dymi i śnieży
i płacze i grzmi i jęczy i gada... /Mickiewicz/
6. Opowiem: Ja Her, powalony grzmotem... /Mickiewicz/
7. Podniosł róg i trumfu hymn uderzył w chmury. /Mickiewicz/
8. A dusza słucha i słucha. /Kasprowicz/
9. To dusza ludzka? ludzka? te turnie w chmur dymie? /Tetmajer/
10. Wyciagnij członki moje do ogromu. /Kasprowicz/

Ć w i c z e n i e 13

Dwa następujące po sobie brzmienia samogłosek mają zawsze skłonność do asymilacji. Poprawność i wyrazistość dykcji wymaga pokonywania tych trudności bez widocznego natężenia narządów wymawianiowych, co zdobyć można tylko odpowiednimi ćwiczeniami. Bardzo często spotykanym błędem wymawianiowym są tzw. „zbitki samogłoskowe” czyli – rozziwy. Często, nawet ze sceny słyszy się np. dladama, dokna, jentuzjasm, zagubieniawangardy, dogromu, jocean – zamiast: dla Adama, do okna, i entuzjasm, zagubienia awangardy, do ogromu, i ocean.

Aby tego uniknąć należy ćwiczyć wymawianie zestawów wyrazowych typu: /a także wyszukiwać je w opracowywanych przez siebie tekstach wiersza czy prozy i również wymawiać takie zestawy wyrazowe w izolacji/

dla Adama, Ewa i Anna, za orką, do okna, ta altana, ostra igła, twarda orka, na ulicy, nie imać, nie orać, nie umieć, i Adam, i Ewa, i Ida, i Urszula, u Urszuli, u Emilii, u Ignacego, u umarłego, ty aniele, ty idziesz, ty Ireneo, czy orać, wy uczniowie, tę orkę, ślę ekonoma, krę okrażyć, zwierzę ubić, którą akcentować, tą ideą, grają oboje, słyszą uchem, do ogromu, wierzę Ernestowi, o urno, o ołtarzu, o oczy, o ogrodzie, o urodzie, Hafne i Amida, Ala i Ewa, morze i ocean, na ulicy, na ambonie, na okręcie, na Ochocie, Ala i Ula, grzmi i jęczy, dusza

anielska, serce olbrzyma, samogłoski ustne, swoje odpowiedniki, są uniesione, z otchłani oceanu, usycha agawa, nie było uczyć, dawała a nie otrzymywała, co usycha, kurczy i ucieka, mówiono o Olkusz, wielki amfiteatr, słowa otuchy, itp.

Samogłoski nosowe w języku polskim

Ogólna charakterystyka

Samogłoski ustne wymawiane są przy uniesionym ku górze podniebieniu miękkim, które przywiera wówczas do tylnej ściany jamy gardłowej. Przy samogłoskach nosowych podniebienie miękkie zajmuje położenie odchylone, toteż strumień powietrza wypływającego z płuc przedostaje się do jamy nosowej i pobudza do drgań zawarte w niej powietrze. Jednocześnie zmienia się układ innych narządów biorących udział w artykulacji samogłoski. Dolna szczęka stopniowo unosi się ku górze, język zaś, który na początku artykulacji ma położenie takie, jak przy wymawianiu samogłoski ustnej, zbliża się coraz bardziej do pozycji obojętnej. Masa języka przy wymawianiu samogłosek: i, y, ę, ą – przesuwana się nieco ku przodowi. Otwór ust zmniejsza się, wargi zbliżają się ku sobie, zaokrąglając się.

W języku polskim wymawia się sześć samogłosek nosowych. Wszystkie one mają swoje odpowiedniki w samogłoskach ustnych.

a – ą, o – ɔ, e – ę, u – ɔ̃, i – ĩ, y – ỹ.

/Np. węszyć, kąsać, awans /wym. awąs/, instykt /wym. ĩstykt/ rysztoł /wym. rysztoł/, munsztuk /wym. munsztuk/.

Ć w i c z e n i e 1

Wymawiać szeptem i głośno następujące zestawienia samogłosek, ze zwróceniem uwagi na zróżnicowanie układu języka, i podniebienia miękkiego:

a - ą o - ɔ e - ę u - ɔ̃ i - ĩ y - ỹ

Ć w i c z e n i e 2

Wymawiać głośno takie wyrazy jak np. awans, mezalians, danser, dystans, fajans, translokacja, transport, oranżeria, kamfora, tramwaj itp.

Zamiast znaków „an”, „am” – powinniśmy wymawiać „ą” tzn. awąs, mezaliąs, dąser, dystąs, fająs, trąslokacja, trąsport, orażeria, kafora, trąwaj.

Uwaga „ą” – to samogłoska nosowa, odpowiadająca ustnej „a”. Zwrócić uwagę na położenie języka, które jest dla niej niższe **niż** dla „a”.

Ć w i c z e n i e 3

Wymawiać wyrazy z „ɔ” na końcu wyrazu:

np. chodzą, dają, siedzą, robią, siostrą, matką, kolegą, siecią, butelką, kolejką, obejmują, szukają, narzekają, widzą, chodzą, młodą, twoją, mają, pietruszką, marchwią itp.

Uwaga: „ɔ” na końcu wyrazu, wymawiamy zawsze z pełną nosowością. Wymowa tej głoski jak „om”, tzn. chodzą, kolegom, matkom, siostrą, oraz jak „ou” – np. chodzą, robią, kolegom, matką, siostrą, - jest w wymowie scenicznej nie do przyjęcia.

Ć w i c z e n i e 4

Wymawiamy „o” przed spółgłoskami szczelinowymi: /z, s, sz, ż, ś, w, f, h/ np. wiązać, wiążesz, wążutki, wążówz, wąż, ukąszenie, sąsiad, wziąwszy, wachać/.

Uwaga: Przed wszystkimi spółgłoskami szczelinowymi „o” – wymawiamy z pełną nosowością.

Ć w i c z e n i e 5

Wymawiać wyrazy z „ę” na końcu wyrazu.

Uwaga: „ę” na końcu wyrazu wymawia się jak „e” lub z lekko zaznaczoną nosowością. W wymowie scenicznej, szczególnie w utworach klasycznych, zaleca się raczej ten drugi sposób wymawiania.

np. idę, chodzę, robię, palę lub
ide, chodze, robie, pale

Unikać należy natomiast wymawiania „ę” z pełną nosowością.

Ć w i c z e n i e 6

Wymawiamy wyrazy z „ę” przed spółgłoskami szczelinowymi: /z, s, sz, ż, ś, ń, ś, w, f, h/.

Przed tymi spółgłoskami – „ę” wymawiamy z pełną nosowością.

Np. więzy, węża, więzić, wężyć, mięsić, węch, mężny, mięsień, węzyk.

Ć w i c z e n i e 7

Wymawiamy „o”, „ą” prze „l”, „ł”:

- najpierw jako samogłoski ustne /e, o/, a następnie te same wyrazy z lekko zaznaczoną nosowością np.: „”, „ę” jak „on”, „en”.

wzioł, doł, pioł, deli, cieli, pieli ...

wział, dał, piął, dęli, cięli, pieli ...

Uwaga: Unikać wymowy z pełną nosowością.

Ć w i c z e n i e 8

Przed spółgłoskami zwartymi:

/b, p, bi, pi, t, d, dz, c, cz, dź, ć, k, g, ki, gi/ na miejscu „ę”, „o” wymawiamy samogłoskę ustną, ewentualnie słabo nosową w połączeniu ze spółgłoską nosową.

a/ przed spółgłoskami: b, bi, p, pi – wymawiamy „o”, „ę” „om”, „em”,
np. gemba, kempa, dembina, raombać, kompiel, na kempie
/a nie: gęba, kępa, dębina, rąbać, ząb, kąpiel, na kępie/

b/ przed spółgłoskami: d, t, dz, c, cz – wymawiamy „o”, „ę” jak „on”, „en”.
Np. bende, żondam, pentać, kont, nendzny, żondza, pencak, pioniondz, penczek, ponczek,
/a nie: będę, żądam, pętać, kąt, nędzny, żądza, pęcak, pieniądz, pęczek, pączek/.

- c/ przed spółgłoskami: dź, ć – wymawiamy „o”, „ę” jak „oń”,
np. beńdzie, końdziel, pieńć, piońć /a nie: będzie, kądziel, pięć, piąć/,
- d/ przed spółgłoskami: g, gi, k, ki – wymawiamy „o”, „ę” jak „oń”, „eń”/ jest to tzw. η tylnojęzykowe jakie wymawiamy w wyrazach pochodzenia obcego typu: bank, Kongo/.
Np. wyleńgnąć, kreńgiem, sońga, sońgi, meńka, meńki, łońki
/a nie: wylęgać, kręgiem, sąga, sągi, męka, męki, łąki/.

Ć w i c z e n i e 9

Znaleźć odpowiedniki nosowe dla samogłosek: u, i, y.
Np. munsztuk, triumf, kunsztowny, rynsztok, rynsztunek, instant, inspektor, wieszować.
Uwaga: We wszystkich ww. wyrazach „n” w wymowie jest niemal niezauważalne.

Ć w i c z e n i e 10

W wyrazach obcego pochodzenia zamiast „on”, „en” wymawiamy „o”, „ę”, np. kosekwentny, koserwatorium, kosternacja, kosul, mostrum, nosens, posowy, koflikt, kowulsja, kofort, intensywność, kredęs, sęs, pęsją, sęsacja, bęzyna, cęzor, ręczęja, ręczęnt itp.

Ć w i c z e n i e 11

Zwrócić uwagę na wyrazy, w których wymawianie „ę” na końcu wyrazu jest konieczne, gdyż w przeciwnym razie wyraz mógłby zmienić sens.
- 1-sza i 3-cia osoba l.p.
myję się – myje się, wsłuchuję się – wsłuchuje się, biję się – bije się, piję – pije, żyję – żyje, chcę – chce, itp.
Również konieczne jest wyróżnienie „o” i „om” na końcu wyrazu.
Np. w przypadku liczby pojedynczej i mnogiej.
matką – matkom, siostrą – siostrom, ciotką – ciotkom, sierotą – sierotom, szczotką – szczotkom itp.

SPÓŁGŁOSKI

Według Tennera „spółgłoski są wyobrażeniem p l a s t y c z n e j ś c i ś ł o ś c i artykułowanego dźwięku, bo dźwięk ten jest ostro ograniczony; podczas gdy samogłoski mogą być dowolnie w tonie przedłużane. Jeżeli muzyczny charakter samogłosek czyni z nich reprezentantki u c z u c i a, to spółgłoski są przedstawicielami refleksji, ścisłości pojęcia, stanowią zatem pierwiastek m y ś l o w y.

Tak więc spółgłoski stanowią ekspresyjny element naszego języka, oddając i naśladując wiernie zarówno różne nastroje, jak i przeróżne odgłosy przyrody. Np. „zgrzyt żelaza po szkłe”, „o szyby deszcz dzwoni, deszcz dzwoni jesienny i pluszcze jednaki miarowy bezmienny”, „jęk, szcęk, krzyk, ryk dokoła”, „puszcza szumiała, szumiała, szumiała”, „słodko szumi, szemrze i szeleści”, „nagle wichry zwały się i porwały się w poły”, „borykają

się kręcą krążą”, „wybieraj krew, wybieraj krew, krew wybierz królu krwawy”, „zdarto żagle, ster prysnął, ryk wód, szum zawiei”, „kędy wąż śliską piersią dotyka się zioła”, itd. Przykładów można by podawać w nieskończoność.

Dlatego też, poprawna i aktywna artykulacja bardzo pomaga zarówno w wyrażaniu myśli i uczuć jak i wpływa na „technikę mówienia”. Brak poprawnej artykulacji spółgłosek często sprawia bowiem, iż ton „zjada słowo”, a samogłoski w swym dźwięku pochłaniają spółgłoski. Dopiero umiejętne połączenie ze sobą samogłosek i spółgłosek tworzy jedną ograniczoną, nierozzerwalną całość.

Sposób odbywania ćwiczeń

1. We wszystkich podanych ćwiczeniach pilnować dużej precyzji narządów artykulacyjnych /szczególnie języka i warg/.
Przed przystąpieniem do każdej nowej grupy ćwiczeń, najpierw dokładnie zapoznać się z prawidłową artykulacją poszczególnych głosek, a następnie sylab, wyrazów i tekstów.
2. W tym celu najlepiej ćwiczyć, kontrolując ruchy narządów artykulacyjnych w lusterku.
3. Każde ćwiczenie należy wykonywać w następującej kolejności:
 - bezgłośnie /aby zdać sobie dokładnie sprawę ze wszystkich możliwych i najdrobniejszych ruchów artykulacyjnych w czasie wymawiania/,
 - nośnym, aktywnym szeptem,
 - półgłosem /"dźwięczne piano"/,
 - pełnym głosem.

Zaczynając od bardzo wolnego tempa, przechodzić stopniowo do coraz szybszego. Oczywiście nie wolno przy tym tracić nic z precyzji artykulacyjnej.

4. Przy okazji zwrócić uwagę na połączenie ćwiczeń artykulacyjnych z prawidłowym oddychaniem przeponowo-żebrowym.
/Powinien być uwzględniony prawidłowy wdech, podparcie oddechowe i powolny wydech z zachowaniem rezerwy oddechowej/. Ważne jest tu nie tyle długość oddechu, co raczej właściwe opanowanie tzw. „gospodarki oddechowej”. Należy pamiętać o wygodnej pozycji stojącej lub siedzącej przy wykonywaniu ćwiczeń.
5. Kontrolować – czy ramiona, szyja, czoło i mięśnie twarzy są rozluźnione.
6. Głos powinien być dźwięczny, nośny i powstawać jakby na wargach /przy wydechu – trzeba wyczuwać dwa strumienie powietrza idące równocześnie z u s t i n o s a. Następnie winny się łączyć one we wspólną falę dźwiękową przy wyjściu na zewnątrz, przed samą twarzą mówiącego/.
Pomocne w uzyskaniu „bliskiego dźwięku jest m.in. następujące ćwiczenie:
„Jęczeć” z zamkniętymi ustami, podobnie jak chorzy lub śpiący, skierowawszy w ten sposób dźwięk „na maskę”, otwierać usta i przejść z jęku w dźwięk.
Pilnować średnicy głosu.

7. Uznawać zasadę – lepiej przerobić mniej ćwiczeń, ale za to systematycznie i dokładnie, aniżeli czasami tylko – dużo i bezmyślnie.

Kryteria podziału głosek polskich

1. Podział głosek wg stopnia otwarcia jamy ustnej:

- głoski zwarte – przy których, mamy zupełne zwarcie narządów mowy /b, p, b, p, t, d, g, k, g, k/,
- głoski szczelinowe – przy których narządy mowy zbliżają się do siebie, tworząc wąziutką szczelinę /w, f, w, f, z, s, ż, sz, ź, ś, ch, h/,
- głoski zwarte szczelinowe, przy których najpierw następuje zwarcie dwóch narządów artykulacyjnych a następnie szczelina /c, dz, cz, dż, ć, dź/,
- głoski półotwarte, przy których otwór jest największy. Są to, albo nosowe: m, m, n, n, albo czysto ustne: r, l, l', ł.

2. Podział głosek wg miejsca artykulacji:

- dwuwargowe /p, b, m, p', b', m'/,
- wargowo-zębowe /w, f, w', f'/,
- przedniojęzykowo-zębowe /d, t, z, s, dz, c, ł, l', n/,
- dźwiękowe /ż, sz, dż, cz, r, l/,
- środkowo-językowe /ź, ś, dź, ć, ź/,
- tylnojęzykowe /k, g, ch, k', g', ch'/,

3. Podział głosek ze względu na udział więzadeł głosowych:

- dźwięczne /np. b, d, m, w, z, ł, g, ź/,
- bezdźwięczne /np. p, t, f, s, sz, c, cz, k/.

4. Głoski twarde i miękkie

- Przy wymawianiu spółgłoski miękkiej, oprócz takiej samej artykulacji jak przy spółgłosce twardej, środek języka przywiera do podniebienia. Artykulację spółgłoski miękkiej można więc określić jako kompromis dwóch czynników, tzn. wymowy odpowiedniej spółgłoski twardej z wymową dźwięku „i”.

Np. – głoski twarde: p, b, m, w, l, g, k.

- głoski miękkie: pi, bi, mi, wi, li, gi, ki /p', b', m', w', l', g', k'/.

5. Ze względu na położenie podniebienia miękkiego /udział pierścienia zwierającego gardło/

- ustne, gdy podniebienie miękkie przylega do tylnej ścianki jamy gardłowej, zamykając przejście do jamy nosowej /np. p, b, m, t, d, n, k, g, l, r, ł/,
- nosowe, gdy pomiędzy podniebieniem miękkim a tylną ścianką jamy gardłowej tworzy się szczelina, przez którą przedostaje się powietrze do jamy nosowej /np. m, n, ń/.

Artikulacja twardych spółgłosek

SPÓŁGŁOSKI P, B, M

P – jest spółgłoską dwuwargową, zwartą, twardą, bezdźwięczną i ustną.

B – jest spółgłoską dwuwargową, zwartą, twardą, dźwięczną i ustną.

M – jest spółgłoską dwuwargową, półotwartą, twardą, dźwięczną i nosową.

Zwarcie warg najsilniejsze jest przy wymawianiu spółgłoski „p”, słabsze przy „b”, najsłabsze przy „m”.

Położenie języka podobne jest jak przy swobodnym oddychaniu, tu grzbiet języka lekko zaokrąglą się.

Są to spółgłoski zwarto-wybuchowe, kończą się eksplozją wargową, tj. szybkim rozwarciem ust wówczas, gdy powietrze gromadzące się w jamie ustnej ciśnię na wargi z siłą większą niż siła ich zwarcia. Eksplozja trwa bardzo krótko /około 0,01 – 0,02 sek/.

Ć w i c z e n i e 1

Wymawiać w coraz szybszym tempie głoskę „P”, tak jakbyście chcieli zdmuchnąć jakiś pyłek z dolnej wargi: ppppppppp.....

Ć w i c z e n i e 2

pa – po – pe – pu – pi – py
 apa – opo – epe – upu – ipi – ypy
 apa – apo – ape – apu – api – apy
 opa – ope – ope – opu – opi – opy
 apa – epo – epe – epu – epi – epy
 upa – upo – upe – upu – upi – upy
 ipa – ipo – ipe – ipu – ipi – ipy
 ypa – ypo – ype – ypu – ypi – ypy
 ap – op – ep – up – ip – yp

Ć w i c z e n i e 3

pap – pop – pep – pup – pip – pyp
 papa – popo – pepe – pupu – pipi – pypy
 ap – pa – op – po – ep – pe – up – pu – ip – pi – yp – py
 ppa – ppo – ppe – ppu – ppi – ppy
 appa – oppo – eppe – uppu – ippi – yppy

Ć w i c z e n i e 4

Wymawiać podane przykłady z dużą starannością artykulacyjną

Pisownia wyrazu

Poprawna wymowa

złap pisklę	złap piskle
typ przestępcy	typ pszestempcy
złap pająka	złap pajonka
zrób pisanekę	zróp pisanke
zrób pajaca	zróp pajaca
sposób próbny	sposóp próbny
złap piłkę	złap piłke
snop prosa	snop prosa
trop Pawła	trop Pawła
trop prawdy	trop prawdy
ustęp pierwszy	ustemp pierwszy
bób polny	bóp polny
dziób ptaka	dzióp ptaka
odstęp puder	odstomp puder
itp.	

Ć w i c z e n i e 5

Wymawiać w coraz szybszym tempie głoskę „b”, jakby naśladowując gaworzenie niemowlęcia:
bbbbbbbbbbbbbb.....

Ć w i c z e n i e 6

ba – bo – be – bu – bi – by
aba – obo – ebe – ubu – ibi – yby
aba – abo – abe – abu – abi – aby
oba – obo – obe – obu – obi – oby
eba – ebo – ebe – ebu – ebi – eby
uba – ubo – ube – ubu – ubi – uby
iba – ibo – ibe – ibu – ibi – iby
yba – ybo – ybe – ybu – ybi – yby

Ć w i c z e n i e 7

bap - bop - bep - bup - bip - byp
baba – bobo – bebe – bubu - bibi - byby
ab ba – ob bo – eb be – ub bu – ib bi – yb by
ap ba – op bo – ep be – up bu – ip bi – yp by
bba - bbo - bbe - bbu - bbi – bby

Ć w i c z e n i e 8

Dokładnie wymawiać następujące połączenia wyrazowe:

Pisownia wyrazu

Poprawna wymowa

Wymowa w wolnym tempie

- z małą pauzą między wyrazami

kup bułkę	kub bułke	kup bułke
złap baranka	złab baranka	złap baranka
kap Bolka	komb Bolka	komp Bolka
trop bażanta	trob bażanta	trop bażanta
strop biurowca	strob biurofca	strop biurofca
odstap bułkę	otstomb bułke	otstomp bułke
złap babcie	złab babcie	złap babcie
wstęp bezpłatny	fstemb bezpłatny	fstemp bezpłatny
skup brukwi	skub brukfi	skup brukfi

Ć w i c z e n i e 9

Dokładnie wymawiać następujące połączenia wyrazowe:

Pisownia wyrazu

zrób bułkę
sposób bycia
bób biały
dziób bociana
grób brata
sposób babci

Poprawna wymowa

zrób bułke
sposób bycia
bób biały
dziób bociana
grób brata
sposób babci itp.

Ć w i c z e n i e 10

ma – mo – me – mu – mi – my
am – om – em – um – im – ym
ama – omo – eme – umu – imi – ymy
ama – amo – ame – amu – ami – amy
oma – omo – ome – omu – omi – omy
ema – emo – eme – emu – emi – emy
uma – umo – ume – umu – umi – umy
ima – imo – ime – imu – imi – imy
yma – ymo – yme – ymu – ymi – ymy

Ć w i c z e n i e 11

mam – mom – mem – mum – mim – mym
mama – momo – meme – mumu – mimi – mymy
am ma – om mo – em me – em mu – im mi – ym my
mma – mmo – mme – mmu – mmi – mmy

Ć w i c z e n i e 12

Wymawiać z dużą dokładnością następujące połączenia wyrazowe:

Pisownia wyrazu

Poprawna wymowa

mam matkę	mam matke
dam muszelkę	dam muszelke
dom matki	dom matki
mam morwy	mam morwy
balem moim	balem moim
mim martwy	mim martfy
przedtem mnie	pszettem mnie
z nim mogę	z nim mogę
zjem marmoladę	zjem mormolade
miałam matkę	miałam matke
oddam majątek	oddam majontek

Ć w i c z e n i e 13

pa – ba – ma
 po – bo – mo
 pe – be – me
 pu – bu – mu
 pi – bi – mi
 py – by – my
 pą – bą – mą

apa – aba – ama
 opo – obo – omo
 epe – ebe – eme
 upu – ubu – umu
 ipi – ibi – imi
 ypy – yby – ymy
 pabama – pobomo – pebeme – pubumu – pibimi – pybymy
 pap – bap – pop – bop – pep – bep – pup – bup – pip – bip – pyp – byp

Ć w i c z e n i e 14

ab bab – ap pap – am mam
 ob bob – op pop – om mom
 eb beb – up pep – em mem
 ub bub – up pup – um mum
 ib bib – ip pip – im mim
 yb byb – yp pyp – ym mym

Ć w i c z e n i e 15

bma – mba – bmo – mbo – bme – mbe – bmy – mby
 pma – mpa – pmo – mpo – pme – mpe – pmu – mpu – pmi – mpi

Ć w i c z e n i e 16

bal – pal, babka – papka, bandera – pantera, bark – park,
 barka – parka, bary – pary, bas – pas, batik – patyk, bąk – pąk,
 bedel – pedel, biec – piec, bielić – pielić, bies – pies,

bitny – pitny, biuro – pióro, błonka – płonka, bory – pory,
bowiem – powiem, ból – pól, bór – pór, brać – prać, bioreę – pioreę,
brawo – prawo, bróg – próg, brukać – prukać, bryk – przyk,
brykać – przykac, brynkać – przyknać, buchnąć – puchnąć,
buk – puk, byle – pyle, był – pył, łuby – łupy, bean – pean,
beż – perz, zbój – spój, podbić – podpić

Artykulacja spółgłoski W, F

W – jest spółgłoską wargowo-zębową, szczelinową, twardą, dźwięczną, ustną
F – jest spółgłoską wargowo-zębową, szczelinową, twardą, bezdźwięczną, ustną.

Przy wymawianiu spółgłosek „w” i „f” wytwarza się szczelina między dolną wargą a górnymi siekaczami. Powietrze przeciskając się przez szczelinę wytwarza tępy szmer właściwy tym spółgłoskom. Podniebienie miękkie jest uniesione i zamyka przejście do jamy nosowej.

Przy wymawianiu „f” więzadła głosowe nie biorą udziału w artykulacji, dlatego jest spółgłoską bezdźwięczną.

Przy wymawianiu „w” /spółgłoska dźwięczna/ więzadła głosowe drgają. Przez obejrzenie w lusterku, przy wymawianiu tych spółgłosek, prawidłowego układu warg i szczęki powinniśmy uzyskać i przyswoić sobie właściwe brzmienie tych spółgłosek.

Ć w i c z e n i e 1

Wziąć prawidłowy wdech, a następnie układając prawidłowo narządy artykulacyjne, wydychać bardzo powoli powietrze, przy równoczesnym wymawianiu głoski „f”. /Dźwięk ten powinien przypominać wolne uchodzenie powietrza z pękniętej dętki/
ffffffffffffff.....

Ć w i c z e n i e 2

Wydychając powoli powietrze, przycisnąć lekko palcem dolną wargę do brzegu dolnych siekaczy, aż do wytworzenia się odpowiedniej szczeliny.

Ć w i c z e n i e 3

fa – fo – fe – fu – fi – fy
afa – ofo – efe – ufu – ifi – yfy
afa – afo – afe – afu – afi – afy
ofa – ofo – ofe – ofu – ofi – ofy
efa – efo – efe – efu – efi – efy
ufa – ufo – ufe – ufu – ufi – ufy
ifa – ifo – ife – ifu – ifi – ify
yfa – yfo – yfe – yfu – yfi – yfy
af – of – ef – uf – if – yf

Ć w i c z e n i e 4

f fa – f fo – f fe – f fu – f fi – f fy
af fa – of fo – ef fe – uf fu – if fi – yf fy
faf – fof – fef – fuf – fif – fyf

Ć w i c z e n i e 5

Wymawiać wyraźnie i dokładnie następujące wyrazy:

<u>Pisownia wyrazu</u>	<u>Poprawna wymowa</u>
w fryzjerze	f fryzjerze
w folii	f folii
w fonemie	f fonemie
w Felicji	f felicji
w filmie	f filmie
w fudze	f fudze
w futrze	f futrze
w fagocie	f fagocie
w fatamorganie	f fatamorganie

Ć w i c z e n i e 6

Wykonanie ćwiczenia j.w.

znów fabryka	znuf fabryka
zdrów Feliks	zdruF Feliks
mów fraszkę	muf fraszke
chłopców wcale	chłopcuf fcale
wstaw framugę	fstaf framuge
chłopców figlarnych	chlopcuf figlarnych
mów Franku	muf Franku
fotograf fotografuje	fotograf fotografuje
autograf Felliniego	autograf Felliniego
telegraf funkcjonuje	telegraf funkcjonuje

Ć w i c z e n i e 7

W czasie wymawiania przedłużonej samogłoski „u” lekko przyciskamy palcem dolną wargę do górnych siekaczy, aż do wytworzenia odpowiedniej szczeliny.

Ć w i c z e n i e 8

Wymawiać spółgłoskę „w” legato, na jednej fali wydechowej.
wwwwwwwwww.....

Ć w i c z e n i e 9

wa – wo – we – wu – wi – wy
awa – owo – ewe – uwu – iwi – ywy

awa – awo – awe – awu – awi – awy
owa – owo – owe – owu – owi – owy
ewa – ewo – ewe – ewu – ewi – ewy
uwa – uwo – uwe – uwu – uwi – uwy
iwa – iwo – iwe – iwu – iwi – iwy
ywa – ywo – ywe – ywu – ywi – ywy

Ćwiczenie 10

waw – wow – wew – wuw – wiw – wyw
w wa – w wo – w we – w wu – w wi – w wy
aw wa – ow wo – ew we – uw wu – iw wi – yw wy
w a – w o – w e – w u – w i

Ćwiczenie 11

Pisownia wyrazu

Poprawna wymowa

w wannie	w wannie
w Wandzie	w Wańdzie
w wazonie	w wazonie
w wodzie	w wodzie
w wojsku	w wojsku
w węglu	w wenglu
w wódce	w wutce
w wyzwisku	w wyzwisku
w wujku	w wujku
w wentylatorze	w wentylatorze
w wąwozie	w wąwozie
w welonie	w welonie

Ćwiczenie 12

wa – fa – wo fo – we – fe – wu – fu – wi – fi – wy – fy
af wa – of wo – ef we – uf wu – if wi – yf wy
aw waw – of faf
ow wow – of fof
ew wew – ef fef
uw wuw – uf fuf
iw wiw – if fif
yw wyw – yf fyf
waf – wof – wef – wuf – wif – wyf
wa – we – wi – wy – wo – wu – wą
fa – fe – fi – fy – fo – fu – fą

Ćwiczenie 13

fala – wala, farsz – Warsz, forów – worów, frak – wrak,
fik – wikt, fałę – wałę, front – wont, fafel – wąwóz

Artykulacja spółgłosek T, D, N

T – jest spółgłoską przedniojęzykowo-zębową, zwartą, twardą, bezdźwięczną, ustną.

D – jest spółgłoską przedniojęzykowo-zębową, zwartą, twardą, dźwięczną, ustną.

N – jest spółgłoską przedniojęzykowo-zębową, półotwartą, dźwięczną, nosową.

Przy wymawianiu spółgłosek: t, d, n – artykulacja składa się jakby z dwóch faz:

1/ zwarcia czubka języka z wewnętrzną powierzchnią górnych zębów:

2/ oderwaniu czubka języka.

Gdy wymawiamy spółgłoski: „t”, „d”, to podniebienie miękkie jest lekko uniesione i cofnięte do tylnej ściany jamy gardłowej.

Przy wymowie głoski „n” podniebienie jest opuszczone, na skutek czego powietrze wydostaje się przez jamę nosową.

Ć w i c z e n i e 1

Wymawiać w szybkim tempie spółgłoskę „t”, zaczynając od szeptu a następnie wzmacniając siłę głosu:

ttttttttttttttt.....

Ć w i c z e n i e 2

Wsunąć czubek języka między wargi wymawiając równocześnie spółgłoskę „p”.

Ć w i c z e n i e 3

ta – to – te – tu – ty – tą – tę

ata – oto – ete – utu – ity – yty

ata – ato – ate – atu – aty – atą – atę

ota – oto – ote – otu – oty – otą – otę

eta – eto – ete – etu – ety – etą – etę

uta – uto – ute – utu – uty – utą – utę

ita – ito – ite – itu – ity – itą – itę

yta – yto – yte – ytu – yty – ytą – yte

at – ot – et – ut – it – yt

Ć w i c z e n i e 4

tat – tot – tet – tut – tyt

tata – toto – tete – tutu – tyty

at ta – ot to – et te – ut tu – it ti – yt ty

tta – tto – tte – ttu – tty

Ć w i c z e n i e 5

Wymawiać bardzo dokładnie następujące połączenia wyrazów:

Pisownia

Prawidłowa wymowa

mit trwa	mit trfa
kot tkwi	kot tkfi
bilet tramwajowy	bilet trawajowy
brat truciciel	brat truciciel
preł twardy	prent tfardy
tętent tarpanów	tentent tarpanuf
kwiat tuberozy	kfwiat tuberozy
jest tam	jest tam
kat tłumów	kat tłumuf

Ć w i c z e n i e 6

tata, taca, tasak, tor, tom, tona, turysta, tenistista,
 technika, tyrolski, tygrys, tydzień, typ, tygiel, tymianek,
 tykanie, brat, jest, kot, kat, byt, kit, bilet, płot, drut,
 nit, kit, mit, aktor, antenat, teatr, stacja, sztaba, sztyft,
 stragan, strop, ptak, strach, warta, karta, kto, który,
 atrapa, anrakt

Ć w i c z e n i e 7

Wymawiać, przechodząc od wolnego do szybkiego tempa, spółgłoskę „d”.
 ddddddddddddddd.....

Ć w i c z e n i e 8

Wsunąć czubek języka między wargi, wymawiając równocześnie spółgłoskę „b”.
 bbbbbbbbbbbbbbb.....

Ć w i c z e n i e 9

da – do – de – du – dy – dą – dę
 ada – odo – ede – udu – idy – ydy
 oda – odo – ode – odu – ody – odą – odę
 ada – ado – ade – adu – ady – adą – adę
 uda – udo – ude – udu – udy – udą – ude
 ida – ido – ide – idu – idy – idą – ide
 yda – ydo – yde – ydu – ydy – ydą – yde

Ć w i c z e n i e 10

dat – dot – det – dut – dyt
 dad da – dod do – ded de – dud du – dyd dy
 dada – dodo – dede – dudu – dydy
 dda – ddo – dde – ddu – ddy
 at da – ot do – et de – ut du – yt dy
 ad da – od do – ed de – ud du – id dy – yd dy

Ć w i c z e n i e 11

dar, dadaizm, dotyk, dom, dorsz, domysł, duży, dumny, dekolt, dekoracja, dentysta, dynia, dyrektor, dynamit, dym dyplom, dlatego, dłuto, długość, dłoń, wedle, dmuchawiec, dramat, zazdrość, dwa, jezdnia, każdego, droga, drzewo, drzemać, dżem, dżungla, drzwi, poddany, Budda, oddać, oddział, Edda.

Ć w i c z e n i e 12

Wypowiadać dokładnie następujące przykłady:

<u>Pisownia</u>	<u>Prawidłowa wymowa</u>	<u>Wymowa z krótką pauzą między wyrazami</u>
ponad domem	ponad domem	ponat domem
błąd dowódcy	błond dowutcy	błont dowutcy
przed drużyną	pszed drużyną	pszet drużyną
rajd drużynowy	rajd drużynowy	rajt drużynowy
spod dorożki	spod doroszki	spot doroszki
szmat drogi	szmad drogi	szmat drogi
płat duży	płat duży	płat duży
kot drapieżny	kod drapieżny	kot drapieżny

Ć w i c z e n i e 13

Wymawiać w szybkim tempie: nnnnnnnnnnnnn.....

- następnie: ni – ny – ni – ny – ni – ny
- i odwrotnie: ny – ni – ny – ni – ny – ni

Ć w i c z e n i e 14

Wsunąć czubek języka między wargi, wymawiając równocześnie spółgłoskę „m”.
mmmmmmmmmmmmmmmmmmmm.....

Ć w i c z e n i e 15

- na – no – ne – nu – ny – ną – nę
- ana – ono – ene – unu – ini – yni
- ana – ano – ane – anu – ani – ani – aną – anę
- ona – ono – one – onu – oni – ony – oną – onę
- ena – eno – ene – enu – eni – eny – eną – enę
- una – uno – une – unu – uni – uny – uną – unę
- ina – ino – ine – inu – ini – iny – iną – inę
- yna – yno – yne – ynu – yni – yny – yną – ynę
- an – on – en – un – in – yn

Ć w i c z e n i e 16

nan – non – nen – nun – nin – nyn
nana – nono – nene – nunu – nini – nyny
an na – on no – en ne – un nu – in ni – yn ny
nna – nno – nne – nnu – nny – nna – nne

Ć w i c z e n i e 17

nauka, naprawa, natchnienie, natrysk, noc, norka, nos, noc,
nota, norki, numer, nurek, nurt, nerwy, nestr, nerki,
kran, ton, tan, tran, len, sen, pan, bałwan, syn, młyn, komin,
handel, punkt, bunt, knot, późno, płótno, jasno, wiosna, ciemno,
zimno, płótno, indyk, intencja, intelekt, indukcja, knur,
ciemno, wanna, sanna, dziewanna, panna, staranny, konny,
ranny, manna.

Ć w i c z e n i e 18

Pisownia

pan na nartach
on nocuje
ten nocleg
egzamin niedługo już
ten nie chce
ten nikt
on nie istnieje
ogień niebieski
uczeń niezdolny
styczeń niedaleko
grzebień nasz

Prawidłowa wymowa

pan na nartach
on nocuje
ten noclek
egzamin niedługo jusz
ten nie chce
ten nikt
on nie istnieje
ogień niebieski
uczeń niezdolny
styczeń niedaleko
grzebień nasz

Ć w i c z e n i e 19

ta – da – na – to – do – no – te – de – ne – tu – du – nu – ty – dy – ny
ata – ada – ana – oto – odo – ono – ete – ede – ene – utu – udu
unu – ity – idy – iny
tadana – todono – tedene – tudunu – tydyny
tat – dat – tot – dot – tet – det – tut – dut – tyt – dyt

Ć w i c z e n i e 20

at tat – ad dat – an nan
ot tot – od dot – on non
et tet – ed det – en nen
it tyt – id dyt – in nyn
yt tyt – yd dyt – yn nyn

Ć w i c z e n i e 21

tna – tno – ten – tnu – tny – tna – tne

nta – nto – nte – ntu – nty – ntą – ntę
dna – dno – dne – dnu – dny – dna – dnę
nda – ndo – nde – ndu – ndy – ndą – ndę
nat – not – net – nut – nyt
tan – ten – ton – tun – tyn

Ć w i c z e n i e 22

dat – dam, dal – tal, dalia – talia, danie – tanie, darnina – tarnina, data – tata, datek – tatek,
dębić – tępić, dług – tług, dób – tup, dog – tok, dom – tom, donacja – tonacja, doń – toń,
dratwa – tratwa, dren – tren, drenować – trenować, drop – trop, drób – trup, drzeć – trzeć,
duby – tuby, dnie – tnie, dworki – tworki, twór – dwór, deka – teka, dobić – topić, dur – tur,
drę – trę, dryl – tryl, drabant – trabant, kołdun – kołtun, ludy – luty, kobale – kobalt,
drab – trap, grady – graty, młody – młoty.

Spółgłoski: N – przedniojęzykowe – dźwięczne /n/

N – tylnojęzykowe /n/

N – przedniojęzykowo-dźwięczne, wymawiane jest tylko przed spółgłoskami zwarto-szczelinowymi – „cz”, „dż”, a także przed zwarto-wybuchowymi – „t”, „d”.

np.:

<u>Pisownia</u>	<u>Wymowa</u>
pączek	ponczek
rączka	ronczka
mączka	monczka
Andrzej	Andrzej

N – tylnojęzykowe wymawiane jest niekiedy przed spółgłoskami „k”, „g”, przeważnie w wyrazach obcego pochodzenia.

np.:

<u>Pisownia</u>	<u>Wymowa</u>
bank	bank
bunkry	bunkry
Kongo	kongo
Angolia	angolia

Spółgłoski: Z, S, C, DZ

S - spółgłoska przedniojęzykowo-zębowa, szczelinowa, twarda, bezdźwięczna, ustna

Z - spółgłoska przedniojęzykowo-zębowa, szczelinowa, twarda, dźwięczna, ustna

C - spółgłoska przedniojęzykowo-zębowa, zwarto-szczelinowa, twarda, bezdźwięczna, ustna

DZ - spółgłoska przedniojęzykowo-zębowa, zwarto-szczelinowa, twarda, dźwięczna, ustna.

Przy wymawianiu spółgłosek „s”, „z” szczelina tworzy się między przednią częścią grzbietu języka a wewnętrzną powierzchnią górnych siekaczy i tą częścią dziąseł, która znajduje się w najbliższym sąsiedztwie. Czubek języka powinien znajdować się przy

wewnętrznej stronie dolnych siekaczy a boki języka przylegają do wewnętrznej strony górnych zębów. Kąciki warg są lekko cofnięte. Powietrze przy przejściu przez szczelinę przedostając się przez nią między przednimi zębami – powoduje efekt syczenia.

Artykulacja „c”, „dz” – układ języka i warg jak w głoskach „s”, „z”. Artykulacja tych spółgłosek składa się z dwóch elementów: zwarcia przedniej części języka z górnymi siekaczami jak w czasie wymowy „t”, oraz szczeliny właściwej także spółgłosce „s”. Przejście od zwarcia do szczeliny jest stopniowe a więc bez eksplozji i tym „c” różni się od „t_s”.

Spółgłoska „dz” jest dźwięcznym odpowiednikiem bezdźwięcznego „c”.

Ćwiczenia przygotowawcze

1. Wysuwanie języka do przodu. Język szeroki i wąski /łopatka i zwężenie/.
2. Język zwinięty w rulonik. Wydmuchiwanie powietrza.
3. Cofanie języka w głąb jamy ustnej. Rozchylanie warg jak przy uśmiechu /zęby muszą być widoczne/.
4. Zęby zwarte i widoczne, wargi rozchylone jak przy uśmiechu. W tym układzie narządów artykulacyjnych wymawiać długie „s”: sssssssssssssssssssss.....
5. Otworzyć usta i czubek języka oprzeć o dolne żęby. Język jest jakby wybrzuszony. Górne zęby dotykają lekko do grzbietu języka. W tym układzie narządów artykulacyjnych, dmuchać na język. Na języku powinien wytworzyć się rowek, którym będzie przechodził strumień powietrza wzdłuż linii środkowej języka.

U w a g a

Przy wymawianiu omawianej grupy spółgłosek zwracamy uwagę na to, by:

- język nie wysuwał się zbyt do przodu,
- wargę dolną nie zbliżała się do górnych zębów,
- przed rozpoczęciem artykulacji zęby były zaciśnięte,
- podczas artykulacji szczęka była prawie nieruchoma.

Ćwiczenia „S”

Ćwiczenie 1

Nadając odpowiedni układ narządom mowy, wymawiamy:
fffsssss, fffssss, fffssss....., imitując jakby syk węża.

Ćwiczenie 2

Wymawiając podane niżej sylaby, przedłużając początkowo „s”.

fssa – fsso – fsse – fssu – fssy
afsa – ofso – efse – ufsu – ifsy – yfsy
osa – oso – ese – usu – isy – ysy

asa – oso – ase – asu – asy – asa – ase
 osa – oso – ose – osu – osy – osa – ose
 esa = eso – ese – esu – esy – esa – ese
 usa – uso – use – usu – usy – usa – use
 isa – iso – ise – isu – isy – isa – ise
 ysa – yso – yse – ysu – ysy – ysa – yse
 sa – so – se – su – sy – sa – se
 as – os – es – us – ys – as – es

Ć w i c z e n i e 3

sas – sos – ses – sus – sys – sas – ses
 sasa – soso – sese – susu – sysy – sasa – sese
 as sa – os so – es se – us su – is sy – ys sy
 as za – os zo – es ze – us zu – is zy – ys zy
 s sa – s so – s se – s su – s sy – s sa – s se

Ć w i c z e n i e 4

Wymawiać podane niżej wyrazy przedłużając spółgłoskę „s”:

lasss, passs, nosss, sosss, głosss, losss, wąsss, popisss...
 ssala, ssyn, sssosna, ssyrop, ssurowiec, sssery, ssseler, ssowa.

Ć w i c z e n i e 5

Czytać dokładnie i starannie wyrazy:

salon, sasanka, samolot, soda, sok, sosna, sól, suma, sen, ser, syn;
 las, bas, kwas, los, nos, włos, kos, głos, mabus, kaktus,
 wirus, pies, bies, owies, bis, lis, cis, napis, wąs, kęs,
 ssać, ssak, Picasso, hossa, passa, Messalina, Messyna,
 sos, stos, spis, sołtys.

Ć w i c z e n i e 6

Poprawna pisownia

Prawidłowa wymowa

z sanek	s sanek
z Sławka	s słafka
z syna	s syna
z sąsiada	s sąsiada
pas słucki	pas słucki
las sosnowy	las sosnowy
los surowy	los surowy
spis surowców	spis surofcuf
nos spuchnięty	nos spuchnienty
wraz z sobą	wras s sobą

wyraz samotny
zraz spalony

wyras samotny
zras spalony

Ćwiczenia „Z”

Ćwiczenie 1

Wymawiać kilkakrotnie połączenie:
wwwzzz....., wwwzzz..... itd. naśladując jakby brzęczenie muchy.

Ćwiczenie 2

Wymawiamy podane niżej sylaby, początkowo przedłużając „z”:

wzza – wzzo – wzze – wzzu – wzzy – wzza – wzzę
awzzza – owzzzo – ewzzze – uwzzzu – iwzzzy – ywzzzy
aza – ozo – eze – uzu – izy – yzy
aza – azo – aze – azu – azy – aza – aze
oza – ozo – oze – ozu – ozy – oza – oze
eza – ezo – eze – ezu – ezy – eza – eze
uza – uzo – uze – uzu – uzy – uza – uze
iza – izo – ize – izu – izy – iza – ize

Ćwiczenie 3

aza – asa – ozo – oso – eze – ese – uzu – usu – izy – isy – yzy – ysy
za – sa – zo – so – ze – se – zu – su – zy – sy – za – sa – ze – se
zas – zos – zes – zus zys – zas – zes
zaza – zozo – zeze – zyzy – zaza – zezę
az za – oz zo – ez ze – uz zu – iz zy – az za – ez ze
z za – z zo – z ze – z zu – z zy – z za – z ze
z a – z o – z e – z u

Ćwiczenie 4

Wymawiać starannie następujące wyrazy:

zapałka, zagon, zalewać, zakazać, zebranie, zeszyt, zostać,
zobaczyć, zupa, zuch, zupełny, Zygmunt, Zyta;
rozzłościć, bezzwłocznie, z zagrody, z zagajnika, z zamka,
z zucha, z ucha, z akcji, z ambrozji, z okonia, z okolicy,
z ekierki, z uzupełnienia, z ulicy, z ula, z iglicy, z imbiru,
z Edmunda, wraz ze mną, obraz zagubiony, wyraz zastosowany,
gaz zapalony, mróz zelżał, bez zapachniał, bez znaczenia.

Ćwiczenia „C”

Ć w i c z e n i e 1

Wymawiać przedłużone „t”, z równocześnie cofniętymi kącikami warg.
- wymawiać krótko: t – s – ts...

Ć w i c z e n i e 2

Wymawiać szybko: cyt, cyt, cyt, cyt...
a następnie: cat, cot, cet, cut... itd.

Ć w i c z e n i e 3

ca – co – ce – cu – cy – cą – cę
ac – oc – ec – uc – ic – yc
aca – oco – ece – ucu – icy – ycy
oca – oco – oce – ocy – oca – oęc
uca – uco – uce – ucy – uca – uęc
ica – ico – ice – icu – icy – ica – icęc
yca – yco – yce – ycy – yca – yęc
eca – eco – ece – ecu – ecy – eca – eęc

Ć w i c z e n i e 4

cac – coc – cec – cuc – cyc – cęc – cęc
caca – coco – cece – cucu – cycy – cęcęc
ac ca – oc co – ec ce – uc cu – ic cy – yc cy
sca – sco – sce – scu – scy – scęc – scęc
s ca – sco – s ce – s cu – s cy – s cęc – s cęc

Ć w i c z e n i e 5

Wymawiać dokładnie wyrazy:

cały, całus, cal, car, comber, cokół, córka, cukier, cennik, cegła,
cebula, cal, cyrk, cyrkiel, cymbał, cytrus, cykoria, cygan.
plac, pajac, pałac, nos, moc, koc, kloc, piec. palec, wisielec,
zając, latawiec, lekcja, wakacje, klocki, owca, stacja, lokomocja,
emocja, walc, filc, ckliwy, cmentarz, cło, cwał.

Ć w i c z e n i e 6

pajac cały, piec cebulę, utłuc cynamon, nic co robię, pajac cudowny,
noc cała, plac centralny, owoc cytryny, nic ciekawego, noc cudowna.
z całości, z cukru, z codzienności, z cebuli, z cukierka,
z córką, z cyrografem, z carem, z cokołu, z cebra, z cynamonu.

Ć w i c z e n i a „DZ”

Ć w i c z e n i e 1

Wymawiać przedłużone „d”, cofając równocześnie kąciki warg.

Ć w i c z e n i e 2

Wymawiać w szybkim tempie: dzy, dzy, dzy, dzy... przedłużając spółgłoskę „dz”.

Ć w i c z e n i e 3

dza – dzo – dze – dzu – dzy – dżą – dżę
adza – odzo – edze – udzu – idzy – ydzy
adza – adzo – adze – adzu – adzy – adżą – adżę
odza – odzo – odze – odzu – odzy – odżą – odżę
edza – edzo – edze – edzu – edzy – edżą – edżę
udza – udzo – udze – udzu – udzy – udżą – udżę
idza – idzo – idze – idzu – idzy – idżą – idżę
ydza – ydzo – ydze – ydzu – ydzy – ydżą – ydżę

Ć w i c z e n i e 4

z dza – z dzo – zdze – z dzu – z dzy – z dżą – z dżę
zdza – zdzo – zdze – zdzu – zdżą – zdżę
dzac – dzoc – dzec – dzuc – dzyc – dżac – dżęc
dzadza – dzodzo – dzedze – dzudzu – dzydzy – dżądżą – dżędżę
dzaca – dzoco – dzece – dzucu – dzycy – dżącą – dżęcę
dzdza – dzdzo – dzdze – dzdzu – dzdzy – dzdżą – dzdżę

Ć w i c z e n i e 5

sa – za – ca – dza – so – zo – co – dzo – se – ze – ce – dze
su – zu – cu – dzu – sy – zy – cy – dzy – są – żą – cą – dżą
sę – zę – cę – dżę

Ć w i c z e n i e 6

Wymawiać wyrazy:

dzban, dzwon, sadzawka, sadze, ogrodzenie, miedza, koledzy,
brynza, rydze, dzwonić, bardzo, kukurydza, rodzinke,
władza, sadze, cudzy, frędzle, bryndza, rdzeń, bardzo.

Spółgłoski: SZ, Ż, CZ, DŻ

SZ - jest spółgłoską przedniojęzykowo-dziąsłową, szczelinową, bezdźwięczną, twardą, ustną.
Ż - jest spółgłoską przedniojęzykowo-dziąsłową, szczelinową, dźwięczną, twardą, ustną.
CZ - jest spółgłoską przedniojęzykowo-dziąsłową, zwartoszczelinową, bezdźwięczną, twardą, ustną.

DŹ - jest spółgłoską przedniojęzykowo-dziąsłową, zwartoszczelinową, dźwięczną, twardą, ustną.

Przy wymowie spółgłosek „sz” oraz „ż” język znajduje się za górnymi zębami /za wałkiem dziąsłowym/. Boki języka dotykają górnych zębów. Zęby są zwarte, wargi lekko wysunięte do przodu. Przy wymowie „cz” i „dż” układ języka i warg jest taki sam jak przy wymowie głosek „sz”, „ż”. Strumień powietrza jest przerywany /można to wyczuć na dłoni zbliżonej do ust/. Jest głosem krótkotrwałym, przy przedłużaniu „cz” przechodzi w „sz”, a przy „dż” w „ż”.

Ćwiczenia przygotowawcze

1. Wysuwanie języka do przodu, unoszenie na górną wargę – język wąski, wydłużony, zęby widoczne.
2. Unoszenie języka za górne zęby – język wąski.
3. Kierowanie języka w kąci ust, oblizywanie warg.
4. Wysuwanie warg do przodu – tworzenie tzw. ryjka /zęby powinny być widoczne/.
5. Unieść język za górne zęby, zęby zewrzeć i wargi lekko wysunąć do przodu /wargi nie mogą być ściśnięte/.
Przy takim ułożeniu języka i warg wymawiać poszczególne głoski „sz”, „ż”, „cz”, „dż”.

Ćwiczenia „SZ”

Ćwiczenie 1

Wymawiać kilkakrotnie, kontrolując ułożenie narządów artykulacyjnych: tttsszszszszszszszszwz....., naśladowując przy tym szum pary wodnej.

Ćwiczenie 2

Wymawiać dokładnie podane sylaby – na początku przedłużając nieco głoskę „sz”.

tsza – tso – tsze – tszu – tszy – tszą – tszę
atsza – otszo – etsze – utszu – itszy – ytszy
sza – szo – sze – szu – szy – szą – szę
asza – oszo – esze – uszu – iszy – yszy
aszo – asze – aszu – aszy – aszą – aszę
osza – oszo – esze – oszu – oszy – oszą – oszę
esza – eszo – esze – eszu – eszy – eszą – eszę
isza – iszo – isze – iszu – iszy – iszą – iszę
ysza – yso – ysze – yszu – yszy – ysza – ysze
asz – osz – esz – usz – isz – ysz – asz – ęsz

Ćwiczenie 3

szasz – szosz – szesz – szisz – szysz – szasz – szęsz
asz sza – osz szo – esz sze – usz szu – isz – ysz szy
szasza – szoszo – szesze – szuszu – szysz
s sza – s szo – s sze – s szu – s szy – s szą – s szę

Ć w i c z e n i e 4

Wymawiać podane niżej przykłady:

szafa, szalik, szatnia, szabla, szachy, szopa, szofer,
szelki, szuflada, szufelka, szyba, szyny, szynka, szydło,
szydzić, kosz, listonosz, kapelusz, mysz, tusz, plusz, klosz,
gulasz, szmata, sznurek, szpak, szpada, szpilka, szpinak, szron,
sztandar, podeszwa, flaszka, myszka, liszka, puszka, szwaczka,
praczka, lepszy, wierszyk, dorsz, marsz, szyszka, szyszynka, szyszak, orszak.

Ć w i c z e n i e 5

szkolna szatnia, pluszowy kapelusz, puszka groszku, wasza szkoła,
wyszywana poduszka, bursztynowa broszka, szalony Szymon,
pisze na maszynie, wszystkie przedszkolaki, szukasz szalika, szal szubrawca;
masz szalik, będziesz czekać, słyszysz szum, depczesz szczotkę,
słyszysz szmer, bierzesz sznur, nasz szpital, kosz szklany,
widzisz szczura, wasz szlak, kapelusz Szczepana, pisz szczerze,
mysz szeleści, plusz sztuczny;
z szalikiem, z Szarikiem, z szopy, z szokiem, z szuraniem, z szyi,
z szemraniem, z szelestem, z szynką, z szoferem, z szuflady.