R-HÄFTET

Hitta R med dino!



Varsinais-Suomen hyvinvointialue
Egentliga Finlands välfärdsområde
varha

Gjorts av: talterapeuter Rina Tiala, Ella Bäcklund, Nora Hermansson
Bilder: Canva, Pixabay, Papunet, Super coloring, eget arkiv
Lasten ja nuorten terapiapalvelut, Turku
Översättning: Sara Alopaeus, Alma Zenger

Varsinais-Suomen hyvinvointialue
varha
Egentliga Finlands välfärdsområde

Övningsinfo

- Övandet kan påbörjas när barnet är 5–6 år gammalt.
- En förutsättning för att lära sig R-ljudet är att barnet kan producera D-ljudet.
- Regelbundet övande är viktigt, gärna varje dag (minst 4–5 gånger i veckan).
- 5–10 minuter är en passlig övningstid för att hålla övandet effektivt.

- Övandet behöver inte vara tråkigt! Öva R-ljudet genom spel och lek som motiverar barnet.
- I slutet av häftet finns en övningskalender för att följa med övandet och motivera barnet.
- Om barnet ännu inte är intresserat av att öva, kan ni prova på nytt lite senare. Barnets egna motivation behövs för att övandet ska lyckas.



I en del av R-häftets spel behöver ni en egen tärning och spelfigurer. Spelen är markerade med symbolen bredvid.

Hur produceras R?

- Tungspetsen lyfts till tandvallen bakom övre framtänderna.
- Tungan ska vara bred.
- Tungspetsen är avslappnad.
- Hakan ska hållas stilla och inte följa med tungans rörelser.
- Det finns en glipa mellan övre och nedre tandraden.
- R-ljudet uppstår, när en tillräckligt kraftig luftström får tungspetsen att börja vibrera.





Det är vanligt att R-ljudet produceras i svalget, s.k. uvulart, eller ersätts med ett L-ljud (ros -> los). Ibland fattas R-ljudet helt från talet.

Varsinais-Suomen hyvinvointialue
Egentliga Finlands välfärdsområde
varha

R-övandets steg

Gå vidare till följande steg först när ni behärskar det föregående stegets övningar.



JAG ANVÄNDER R I TALET

JAG KAN ANVÄNDA R I MENINGAR

JAG KAN ANVÄNDA R I ORD

JAG KAN KOMBINERA R MED VOKALER

JAG HAR HITTAT R-LJUDET

JAG KAN D-STAVELSER / JAG KAN D-SPRÅK / JAG KAN HUMLESURR

JAG KAN KONTROLLERA HAKANS OCH TUNGANS RÖRELSER

JAG KAN HÖRA R I ORD



varha Varsinais-Suomen hyvinvointialue
Egentliga Finlands välfärdsområde

Auditiv diskriminering av R-ljudet

Att lyssna efter, uppfatta och urskilja R-ljudet.

Minimala par: vilket ord säger jag?
Den vuxna säger, barnet visar.

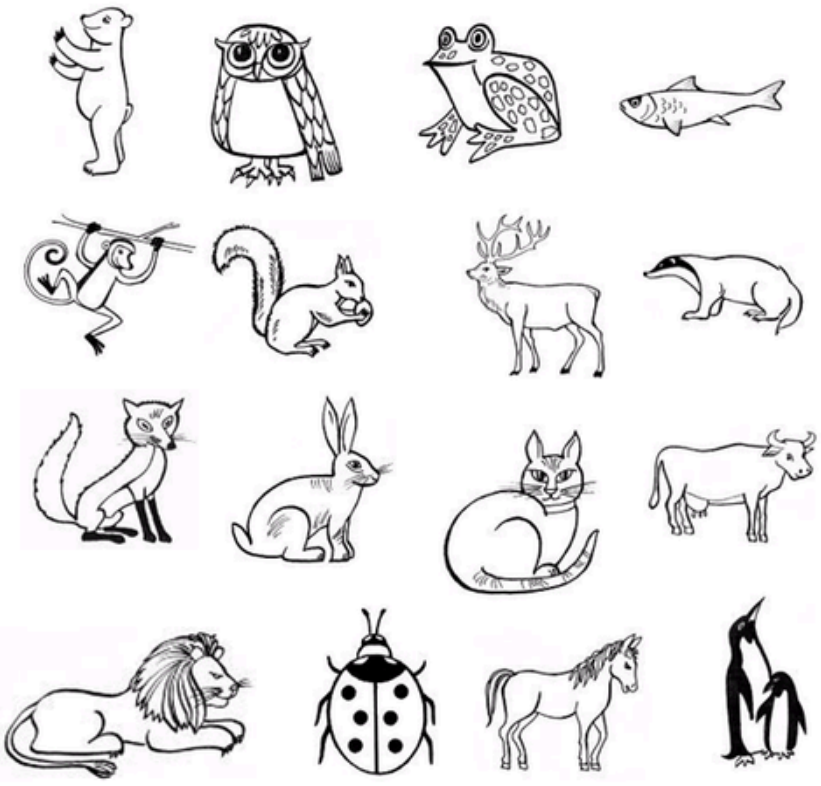
ro  lo 

klocka   krocka

borr   boll

1. Säger jag rätt eller fel? Den vuxna benämner djuren med R ibland på fel sätt, t.ex. “ekolle” (ekorre) och ibland på rätt sätt.
2. Den vuxna benämner alla djuren. Lyssna på ordet: hörs R-ljudet eller ej?





Auditiv diskriminering kan övas i vardagen, t.ex. ute på gården eller när ni tittar på bilder i en bok.

Varsinais-Suomen hyvinvointialue
Egentliga Finlands välfärdsområde

Munmotorik





Lyft tungan till tandvallen bakom övre framtänderna. Börja med att hålla kvar tungan på tandvallen endast en kort stund. När detta lyckas kan ni försöka hålla tungan en längre stund på tandvallen. Kom ihåg att hålla munnen öppen. Se flingtipset nedan om övningen är svår!





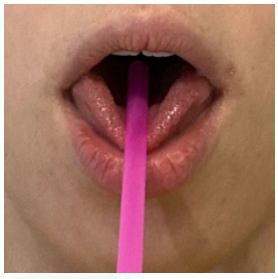
Öppna munnen och för tungan upp och ner bakom framtänderna. Håll munnen hela tiden öppen och hakan stilla.





"Limma" fast tungan i tandvallen bakom övre framtänderna och håll kvar tungan där medan ni rör hakan upp och ner. Håll munnen öppen.





Försök lyfta tungans sidor upp så det bildas ett "rör", håll samtidigt tungspetsen avslappnad. Kom ihåg att inte luta tungan mot läpparna. Ni kan också prova att trycka på mitten av tungan med en smal penna om det är svårt att lyfta tungans sidor.

Hjälpmedel

I munmotorikrörelserna ska hakan och tungan röra sig oberoende av varandra. Om detta är svårt, kan ni försöka hålla hakan stilla i övningarna genom att lägga något mellan kindtänderna, som t.ex. en långsmal men hög Lego-bit, tandborstens skaft, en tjock penna eller till och med ens eget finger. Lägg inte stödet för långt in i munnen, så att det inte kommer i vägen för tungan. Håll i stödet med handen, inte med tänderna. Stödet bör hållas på plats hela tiden.



Flingtipset



Om det är svårt att lyfta tungan uppåt och tungan inte hittar rätt plats, kan ni prova flingövningen. Lägg en (rund) frukostflinga på tandvallen bakom övre framtänderna och håll den på plats med hjälp av tungan. När flingan har hållits kvar en stund på tandvallen, kan flingan ätas. Upprepa minst 10 gånger.

Öva framför en spegel!

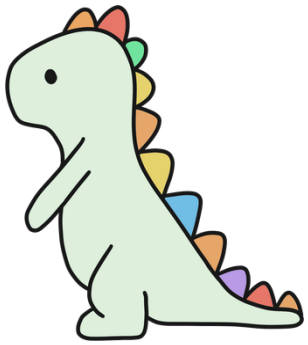


Varsinais-Suomen hyvinvointialue
Egentliga Finlands välfärdsområde
varha

Hitta R-ljudet

Man börjar leta efter R-ljudet med hjälp av D-ljudet, eftersom D-ljudet produceras på samma plats som R-ljudet.

På de följande sidorna beskrivs tre sätt att hitta R-ljudet: D-stavelser, D-språk och humlesurr. Ni kan prova alla tre sätten och se vilket eller vilka som fungerar bäst. Gemensamt för alla övningar är att R-ljudet *inte ska tvingas fram,* utan uppstår plötsligt med hjälp av D-ljudet när tungans rörelser blir kvicka.



För att lära sig R-ljudet bör D-ljudet kunna produceras kvickt och tydligt: tungan ska INTE vara mellan tänderna, utan ljudet produceras på tandvallen bakom övre framtänderna.

Öva D-ljudet först, om det ännu är svårt:

1) Forma en skål med tungan. Lyft tungan formad som en skål till tandvallen, tungan hålls bred. Tryck tungans kanter mot tandvallen och gommen, släpp sedan tungan snabbt ner och säg samtidigt DA.

2) Om D inte lyckas på detta sätt, kan man knipa ihop näsan och säga ordet HANNA. Säg N-ljudet kraftigt och betonat. Börjar HANNA låta som ordet HADDA?

3) Säg T och dra tungan sakta bakåt mot tandvallen (D-ljudets artikulationsställe). Prova säga t.ex.:
atta....atta...adda...adda...
taa...taa...daa...daa



Varsinais-Suomen hyvinvointialue
Egentliga Finlands välfärdsområde

Hitta R-ljudet

DN-studsar

Säg D- och N-konsonanterna direkt efter varandra utan en vokal emellan (DN).
I DN-studsarna hoppar tungan lätt på tandvallen.

Håll en liten glipa mellan tänderna, ungefär så att ett finger får plats.
Skjut inte fram hakan, utan håll den stilla.
Håll munnen i ett litet leende.

Upprepa DN-studsarna kvickt och ljudligt många gånger efter varandra (DN-DN-DN...).
Om studsarna upprepas för tyst, kan inte R-ljudet lyckas.

Börja med att upprepa DN-studsar i en halv minut. När det börjar gå bra, prova att säga DN-studsar i två minuter.



När detta görs många gånger i veckan och tungan blir starkare och kvickare, kan det hända att R-ljudet plötsligt börjar lyckas!

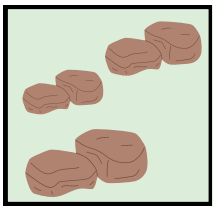
Prova också DN-studsarna i spelet på följande sida!

Prova att göra övningen i liggande ställning. Ligg på sängen eller soffan och låt huvudet hänga över kanten. Kom ihåg att stöda nacken! Tungan dras bakåt av tyngdkraften, vilket gör det enklare att hitta det rätta artikulationsstället.

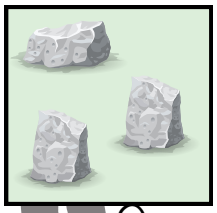
Om det är svårt att hålla munnen öppen i övningen, kan ni lägga något litet mellan tänderna, t.ex. en långsmal men hög Lego-bit, tandborstens skaft, en tjock penna eller till och med ditt eget finger.

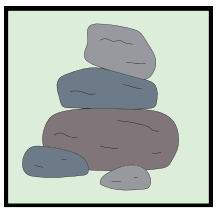


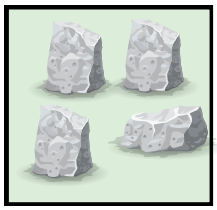
Varsinais-Suomen hyvinvointialue
Egentliga Finlands välfärdsområde
varha





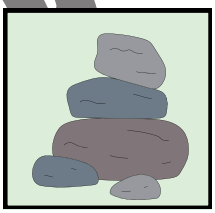


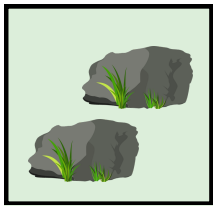




GENVÄG!!

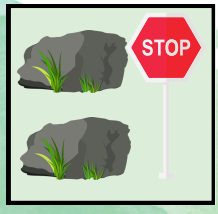




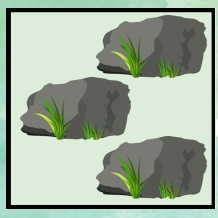




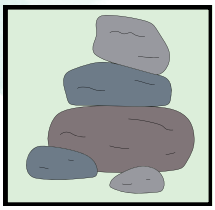


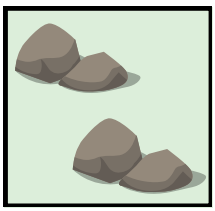


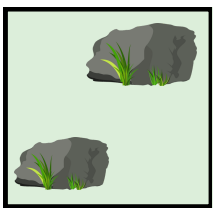
OJ NEJ! Bilen startar inte, du måste stå över ett tärningskast.

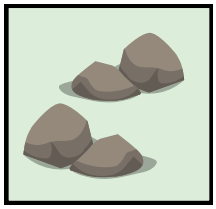


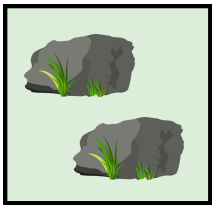




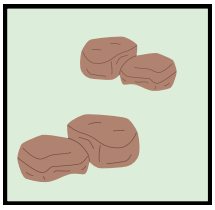








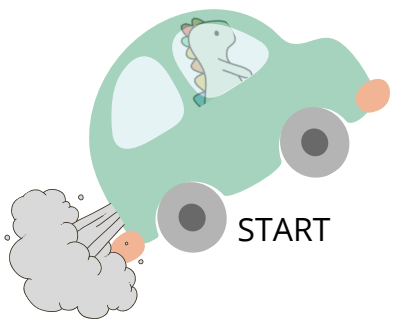






MÅL!

Kör bil med dino!
På vägen finns en massa stenar, som orsakar motorstopp. Starta bilen genom att göra DN-studsar (DN-DN-DN) lika många gånger som det finns stenar i rutan.



START

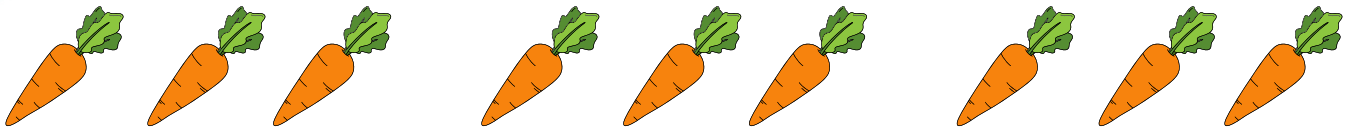
Varsinais-Suomen hyvinvointialue
Egentliga Finlands välfärdsområde

Hitta R-ljudet

D-språk

I D-språket ersätts R-ljudet med ett D-ljud. Med hjälp av D-språk lär man sig det rätta artikulationsstället för R-ljudet. Samtidigt blir tungan starkare och snabbare. Orden låter knasiga, men när D-orden upprepas snabbt efter varandra, kan D-ljudet plötsligt bli ett R-ljud.

Upprepa orden tre gånger efter varandra utan paus:

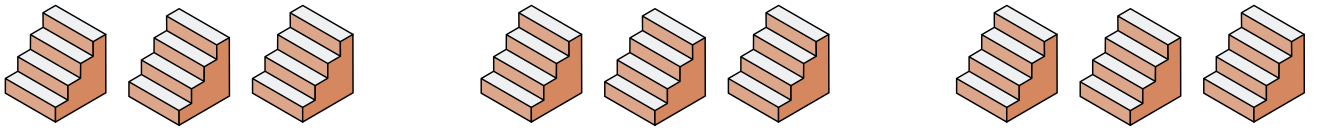
MODOT 

KDONA 

PDINS 

TÅDTA 

KADTA 

TDAPPA 

TDUMPET 

GDIS 

Varsinais-Suomen hyvinvointialue
Egentliga Finlands välfärdsområde

Hitta R-ljudet

Humlesurr

Humlesurr är ett R-ljud där tungan inte ännu vibrerar. Börja med att surra som en humla (zzz). Öppna samtidigt munnen sakta, så att det uppstår en liten glipa mellan tänderna (vid behov kan ni hålla ett finger mellan tänderna). Håll tungan på tandvallen bakom övre framtänderna. Nu borde ett humlesurr höras, vilket är väldigt nära ett riktigt R-ljud. Humlesurret ska inte låta som ett S-ljud. När ett humlesurr lyckas ensamt, kan surret övas i stavelser och i ord.



Flyg med humlan till blomman. Följ linjen med fingret samtidigt som ni gör ett humlesurr. Kom ihåg att hålla en glipa mellan tänderna. Vid behov kan ni hålla fingret eller t.ex. en penna mellan tänderna.



Prova humlesurret i kombination med vokaler och i ord i spelen på följande sida.

Varsinais-Suomen hyvinvointialue
Egentliga Finlands välfärdsområde

Kombinera R-ljudet med vokaler

När R-ljudet har hittats kan ni prova kombinera ljudet med vokaler. I början kan ni använda D-ljudet som hjälpljud (DRAA, ADRR, ADRAA), därefter kan ni försöka lämna bort D-ljudet!

Öva med dinosaurierna på att ryta! Varje dinosaurie har ett eget vrål. Titta från spelplanen vilken dinosauries tur det är att ryta. Öva först med stavelserna med R i början (RAA! RÄÄ! RYY!...). När dessa lyckas kan ni prova stavelserna med R i slutet och i mitten av stavelserna (ARR! ARRAA! ÄÄR! ÄRRÄÄ!...).


RAA! AAR! ARRAA!


RYY! YYR! YRRYY!


REE! EER! ERREE!


ROO! OOR! ORROO!

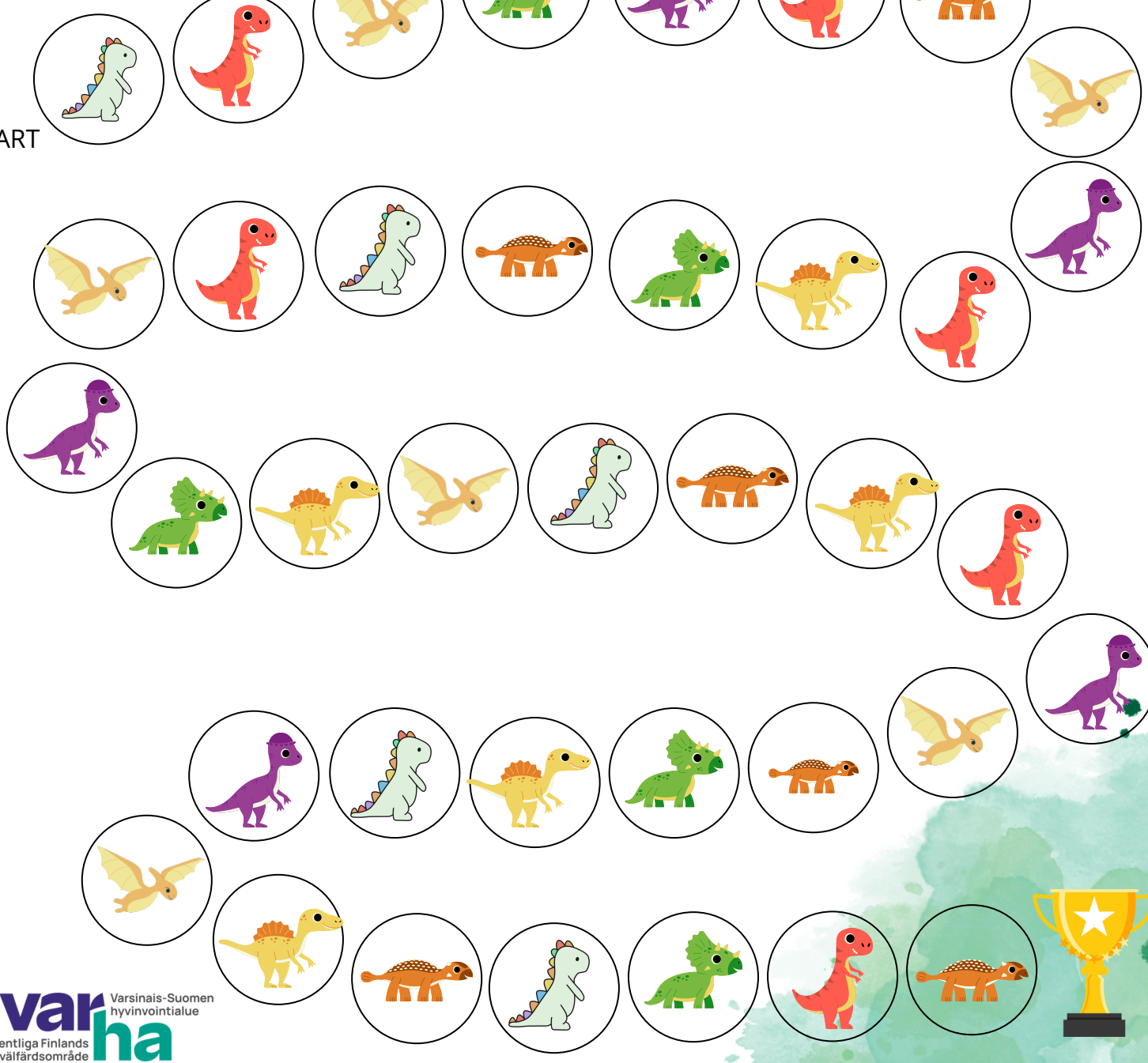

RÄÄ! ÄÄR! ÄRRÄÄ!


RUU! UUR! URRUU!


RII! IIR! IRRII!



START



Varsinais-Suomen hyvinvointialue
Egentliga Finlands välfärdsområde
varha

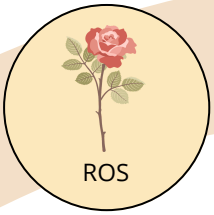
R-ljudet i början av ord

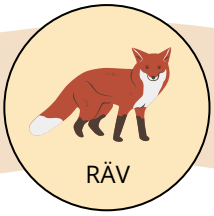


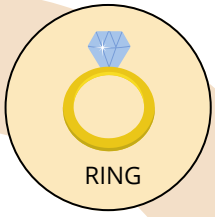
START

Dino har åkt till stranden. Han har köpt glass men tappade bort sig på vägen tillbaka från glasskiosken. Hjälp dino att hitta tillbaka till sin solstol. Stanna och beundra saker som kommer emot på vägen. Kom ihåg R-ljudet!

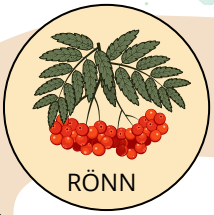

RIS

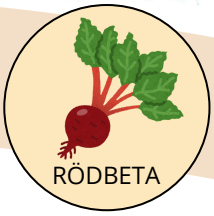

ROS

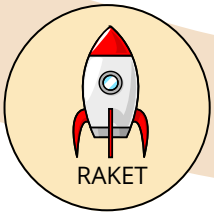

RÄV

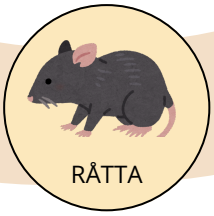

RING

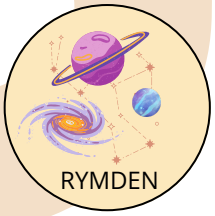

RIK

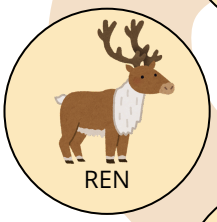

RÖNN

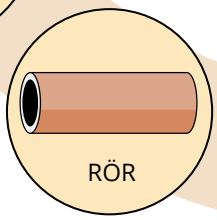

RÖDBETA

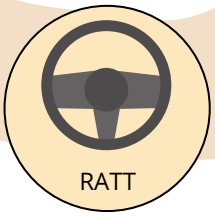

RAKET

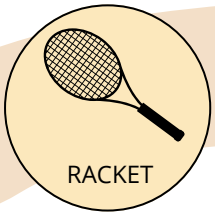

RÅTTA

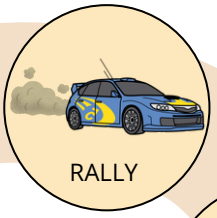

RYMDEN


REN

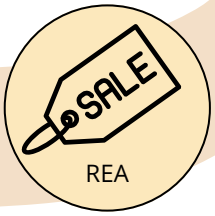

RÖR


RATT


RACKET


RALLY

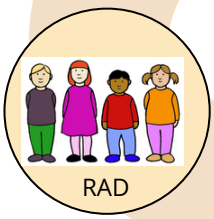

RECEPT


REA

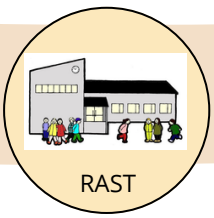

RYGGSÄCK

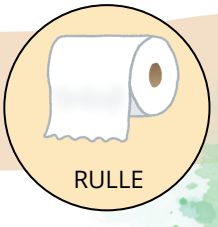

RADIO


RUM


RAD


REGNBÅGE


RAST


RULLE

MÅL

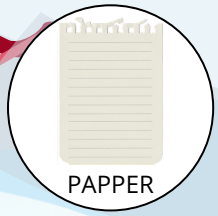


Varsinais-Suomen hyvinvointialue
Egentliga Finlands välfärdsområde

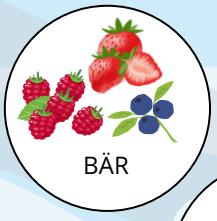
R-ljudet i slutet av ord

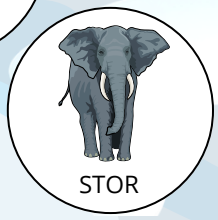


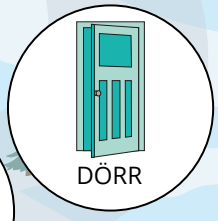
Dino åker kälke. Åk ner för backen med dino,
och säg orden som kommer emot på vägen.
Hittar ni på flera ord som slutar på R?









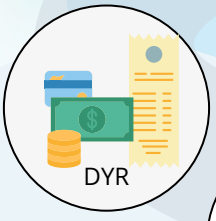


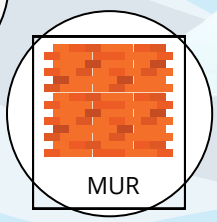


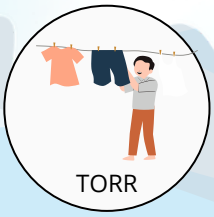








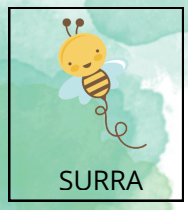




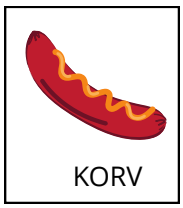
Varsinais-Suomen hyvinvointialue
Egentliga Finlands välfärdsområde

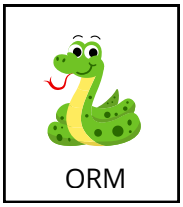
R-ljudet i mitten av ord

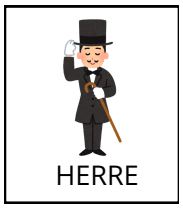
Gå på cirkus med dino. Vad möter ni på vägen? Kom ihåg R!

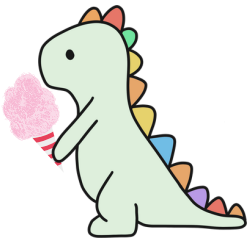

SURRA

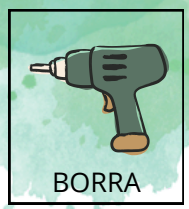

MÖRT


KORV

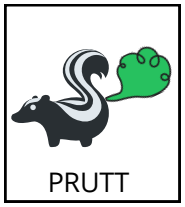

ORM


HERRE

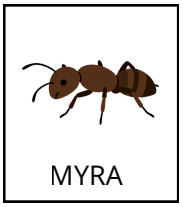

START


BORRA


BURK


PRUTT


FYRA


MYRA


SNURRA

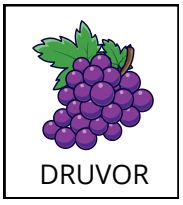

PRINS


TORRA


TRANA

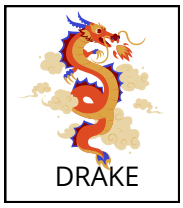



BRASA


DRUVOR

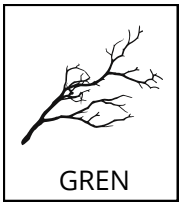

TRÄD


DARRA


DRAKE


TRUMMA


GRAN


GREN


BÄRA


DRACULA


BRO

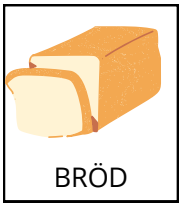

KRATTA


KRONA


HURRA



MORRA


BRÖD

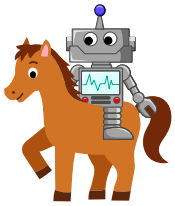

KÄRRA

varha Varsinais-Suomen hyvinvointialue
Egentliga Finlands välfärdsområde

R-ljudet i meningar

När R-ljudet lyckas i ord, kan ni försöka bilda meningar med R-ord. Börja med korta meningar som börjar på R. Därefter kan ni prova R-ljudet i längre meningar. Prova dessa meningar t.ex. i valfritt spel, så att ni säger en mening före varje tärningskast.
Ni kan också klippa ut korten.


Raketen reser i rymden.

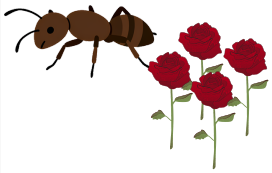

Roboten rider.


Råttan rusar till roskisen.


Truten trummar.


Krabban drar en ryggsäck på stranden.

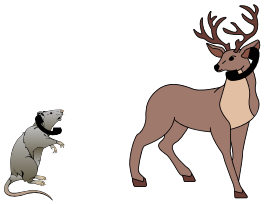

Riddaren hurrar i grottan.


Myran räknar fyra rosor.


Ekorren knaprar på en morot.


Draken äter risgrynsgröt.


Räven trippar över isen.


Råttan ringer renen.


Rasmus surfar.


Gorillan bär druvor i en korg.

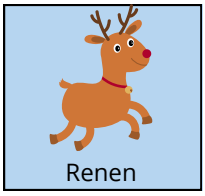

Ronja krattar skräp.


Grisen grymtar.


Piraten är rik.

R-ljudet i meningar

Bilda roliga meningar med L-ord. Välj ett ord från varje färg och bilda en mening. Är meningen knasig eller inte? Kan meningen vara sann?
Om ni vill skapa mer överraskande meningar, kan man klippa ut bilderna och lägga dem i tre olika högar. Lyft sedan ett kort från varje hög.

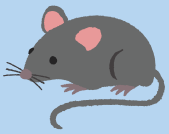

Renen


Dracula


Piraten


Ormen

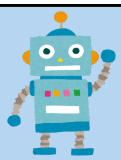

Räven


Råttan


Trollkarlen


Prinsessan


Läraren


Roboten


Läkaren


Ekorren


ringer till

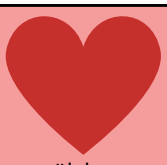

klättrar på


sparar


grillar


trummar på


dricker


älskar


ritar på


morrar åt


klappar


letar efter

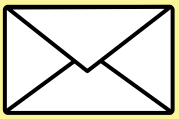

krafsar


moroten


korven


franskisarna


lyftkranen


brevet


lakritsen


ryggsäcken


raketen

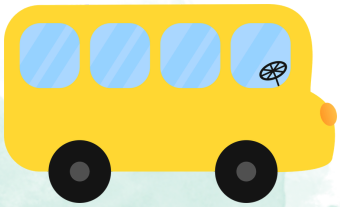

kameran


skräpet


grenarna

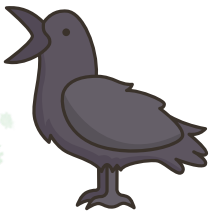

skruvarna

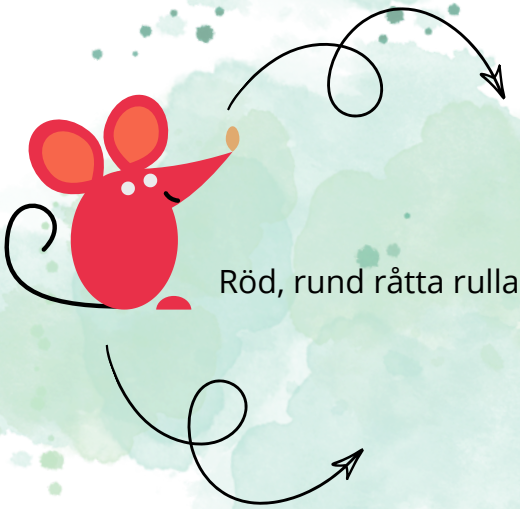
R-ljudet i ramsor och sånger



Hjulen på bussen snurrar runt runt runt
Runt runt runt, runt runt runt
Hjulen på bussen snurrar runt runt runt
Genom hela staden
Dörrarna på bussen går ut och in
Ut och in, ut och in
Dörrarna på bussen går ut och in
Genom hela staden

Prästens lilla kråka
skulle ut och åka,
ingen hade hon som körde.
Än slank hon hit,
än slank hon dit,
än slank hon ner i diket.





Röd, rund råtta rullar runt!

Här dansar herr gurka
Både vals och mazurka
Här dansar herr gurka
Både vals och mazurka



Räven raskar över isen,
räven raskar över isen.
Får vi lov, ja får vi lov
att sjunga rävarnas visa?
Så här gör rävarna var de går,
och var de sitter och var de står.
Så får vi lov, ja får vi lov
att sjunga rävarnas visa?



Rulla rulle, rulla rund,
spring i skogen en liten stund!





Överför R-ljudet till talet

Att överföra ett nytt ljud till talet kan ta tid.
Bestäm tillsammans med barnet ett tillfälle när den vuxna får påminna barnet om att använda det nya R-ljudet (t.ex. spelstund, bilfärd, lässtund, kvällsmål).
Utöver övandet är barnets egna motivation viktig. Beröm alltid, när barnet lyckas använda det nya ljudet i sitt tal.
Viktigast är ändå att höra vad barnet säger, snarare än hur barnet säger det.

Spela spel som ni har hemma och öva på R-ord i spelen, t.ex. Alias, memory eller Rita och gissa.





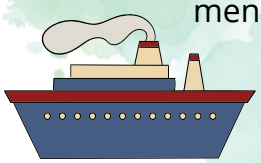
Titta i en bok och berätta om bilderna i boken, hitta på en egen berättelse eller berätta om din dag. Använd R-ljudet!

Sjung någon bekant visa eller sång och använd R-ljudet (t.ex. Räven raskar över isen)



Prova att använda det nya R-ljudet när du sjunger din favoritsång!

Ett skepp kommer lastat med R-ord eller -meningar.







Dino vill belöna dig för att du lärt dig R-ljudet!

varha Varsinais-Suomen hyvinvointialue
Egentliga Finlands välfärdsområde

Övningskalender

Färglägg en stjärna eller klistra ett klistermärke varje gång ni övat.
Ni kan komma överens om en belöning när ni har övat en viss mängd.



Varsinais-Suomen hyvinvointialue
Egentliga Finlands välfärdsområde
varha