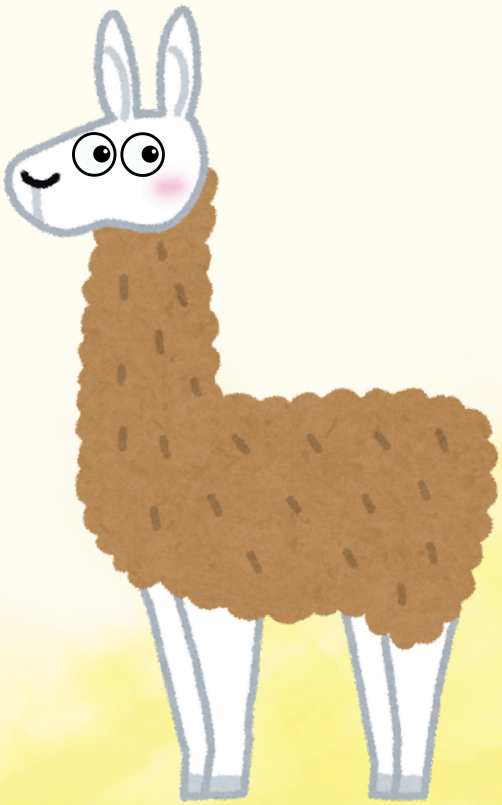
L-HÄFTET

Hitta L med laman!



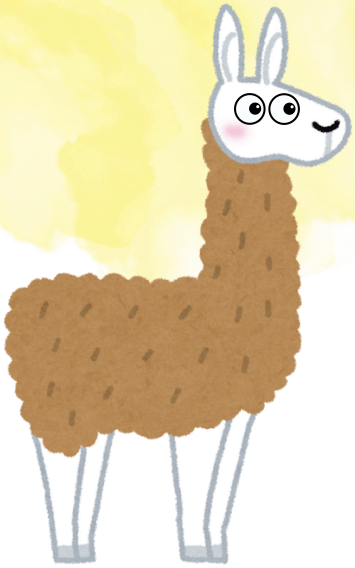
Varsinais-Suomen hyvinvointialue
Egentliga Finlands välfärdsområde

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 4–5 år.
- 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 L-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 L-häftets spel behöver ni en egen tärning och spelfigurer. Spelen är markerade med symbolen bredvid.

Hur produceras L?

- Tungspetsen lyfts till tandvallen bakom övre framtänderna.
- Tungan ska vara bred.
- Hakan ska hållas stilla och inte följa med tungans rörelser.
- Det finns en glipa mellan övre och nedre tandraden.
- Luften strömmar längs med tungans sidor.



Varsinais-Suomen hyvinvointialue
Egentliga Finlands välfärdsområde
varha

L-övandets steg

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



JAG ANVÄNDER L I TALET

JAG KAN ANVÄNDA L I MENINGAR

JAG KAN ANVÄNDA L I ORD

JAG KAN KOMBINERA L MED VOKALER

JAG KAN PRODUCERA ETT ENSKILT L-LJUD

JAG KAN KONTROLLERA HAKANS OCH TUNGANS RÖRELSER

JAG KAN HÖRA L I ORD

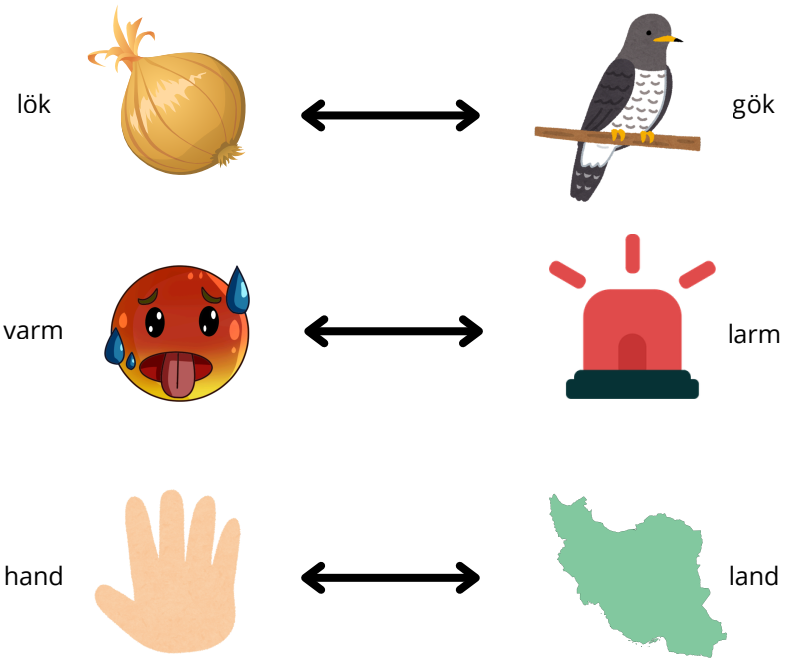


varha Varsinais-Suomen hyvinvointialue
Egentliga Finlands välfärdsområde

Auditiv diskriminering av L-ljudet

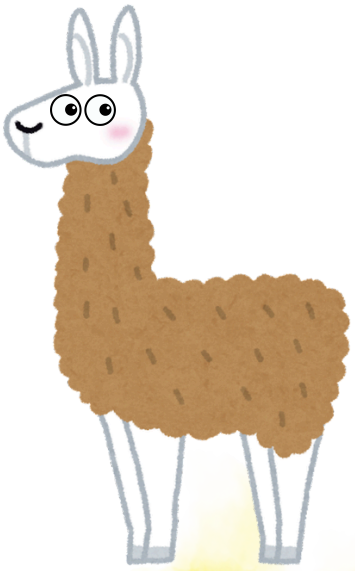
Att lyssna efter, uppfatta och urskilja L-ljudet.

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



1. Säger jag rätt eller fel? Den vuxna benämner bilderna med L ibland på fel sätt, t.ex. jamm (lamm) och ibland på rätt sätt.
2. Den vuxna benämner alla bilderna. Lyssna på ordet: hörs L-ljudet eller ej?

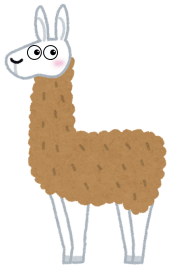




Auditiv diskriminering kan övas i vardagen, t.ex. ute på gården eller när ni tittar på bilder i en bok.

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.



Täck övre läppen med tungan. Tungan ska vara bred. Försök att inte skjuta fram hakan, utan håll hakan stilla och avslappnad. När detta lyckas, kan ni prova bladdra med tungan på läppen. Hurdant ljud bildas på läppen om ni samtidigt ljuder? Ni kan även prova att bladdra med tungan på samma sätt på övre framtänderna och till sist övre tandvallen.

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.

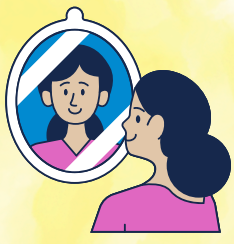


Flingtipset

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!



varha Varsinais-Suomen hyvinvointialue
Egentliga Finlands välfärdsområde

Hitta L-ljudet

När det lyckas att lyfta tungan bred till övre tandvallen, prova att ljuda samtidigt. Lyckas ni få ett L-ljud att höras?



Ni kan även prova att försöka hitta L-ljudet genom att bladdra med tungan först på övre läppen, sedan övre framtänderna och till slut på övre tandvallen.



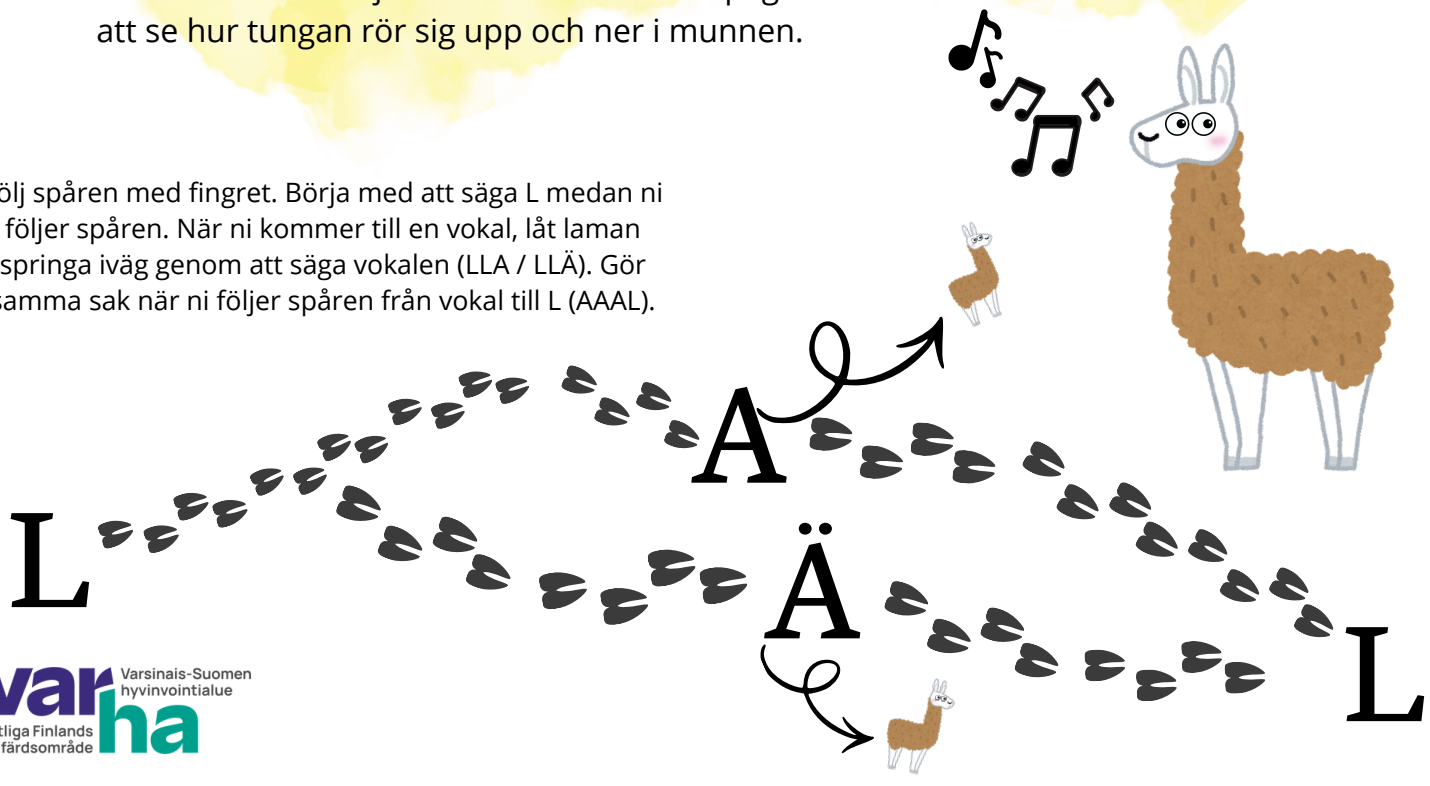
Kombinera L-ljudet med vokaler

När L-ljudet har hittats, kan ni prova kombinera L med vokaler. Börja med att säga L-ljudet i början av stavelser. Lättaste kombinationerna är oftast LAA och LÄÄ. Prova också L-ljudet i slutet av stavelser, t.ex. AAL.

Kom ihåg att endast tungan rör sig i övningarna och hakan hålls stilla. I början kan ni använda en spegel för att se hur tungan rör sig upp och ner i munnen.

Laman är inte så bra på att komma ihåg ord i sånger, men tycker ändå om att sjunga. Sjung olika sånger med laman, men byt ut orden till trallande (LALLALLA...) Prova till exempel att tralla Imse vimse spindel, Blinka lilla stjärna eller någon annan sång som ni kan!

Följ spåren med fingret. Börja med att säga L medan ni följer spåren. När ni kommer till en vokal, låt laman springa iväg genom att säga vokalen (LLA / LLÄ). Gör samma sak när ni följer spåren från vokal till L (AAAL).



varha Varsinais-Suomen hyvinvointialue
Egentliga Finlands välfärdsområde



START

LAA-LAA LALLA

LÄÄ-LÄÄ LÄLLÄ

LII-LII LILLI

LÖÖ-LÖÖ LÖLLÖ

LUU-LUU LULLU

LOO-LOO LOLLO

LEE-LEE LELLE

LÄÄ-LÄÄ LÄLLÄ

LUU-LUU LULLU

LYY-LYY LYLLY

LOO-LOO LOLLO

LEE-LEE LELLE

LYY-LYY LYLLY

LAA-LAA LALLA

LII-LII LILLI

LÄÄ-LÄÄ LÄLLÄ

LÖÖ-LÖÖ LÖLLÖ

AAL-AAL ALLA

GENVÄG!

EEL-EEL ELLE

UUL-UUL ULLU

ÖÖL-ÖÖL-ÖLLÖ

ÄÄL-ÄÄL ÄLLÄ

OOL-OOL OLLO

YYL-YYL YLLY

IIL-IIL ILLI

AAL-AAL ALLA

EEL-EEL ELLE

AAL-AAL ALLA

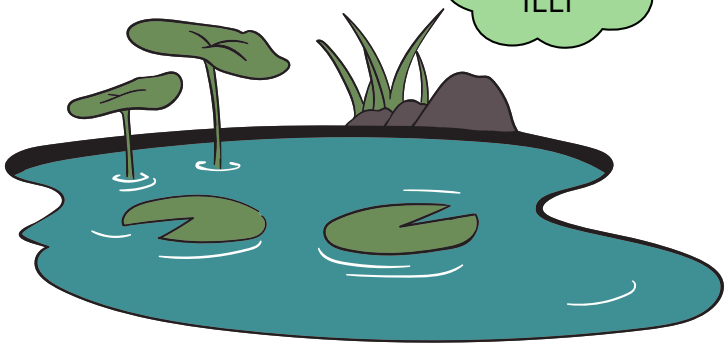
ÄÄL-ÄÄL ÄLLÄ

IIL-IIL ILLI

ÄÄL-ÄÄL ÄLLÄ

AAL-AAL ALLA

IIL-IIL ILLI



Hoppa på molnen med laman till dammen. Kasta tärning och upprepa L-stavelserna i molnen. Kom ihåg att hålla hakan stilla.

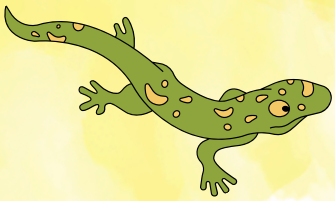
Varsinais-Suomen hyvinvointialue
Egentliga Finlands välfärdsområde

L-ljudet i början av ord

Ödlan är rädd för laman och vill gömma sig. Hjälp ödlan att ta sig längs med stenarna till det höga gräset. Öva att säga L-orden på vägen med ödlan.







START



lo-lo-loppa



le-le-leka



la-la-lamm



lå-lå-lås



la-la-lava



ly-ly-lykta



la-la-lampa



li-li-lim



lö-lö-löv



li-li-lippis



lä-lä-läsa



le-le-lejon



la-la-lax



lö-lö-lök



la-la-lapp



la-la-laga



ly-ly-lysa



ly-ly-lyssna



li-li-lingon



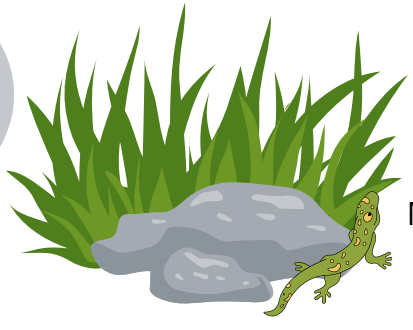
li-li-limpa



la-la-lakan



le-le-leta

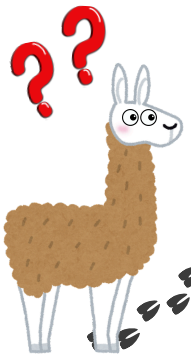


MÅL

Oj nej! Stenen var hal och ödlan föll i vattnet. Simma tillbaka längs med forsen och fortsätt därifrån.

varha Varsinais-Suomen hyvinvointialue
Egentliga Finlands välfärdsområde

START



tala

kall

må illa

måla

hälla

stall

hylla

pall

ål

mål

kulle

yla

säl

mylla

sol

sula

cello

kula

bula

skål

kväll

nalle

bolla

nål

bulle

skalle

gul

MÅL



L-ljudet i mitten och slutet av ord

Laman har tappat bort sig. Följ lamans spår och hjälp den att hitta tillbaka hem. Benämn orden på vägen. Kom ihåg L!

Varsinais-Suomen hyvinvointialue
varha
Egentliga Finlands välfärdsområde

L-ljudet i konsonantkombinationer

Följ stigen till pokalen och öva L-ljudet på vägen.



START

KLOCKA

SKÖLDPADDA

FLAGGA

PALM

FLYTA

BLOMMA

KLOTTA

GLASS

JULKLAPP

FLYGPLAN

KLIPPA

BLÅ

BLAD

OLJA

BLANDA

Oj nej! Laman har tappat bort sig! Följ stigen tillbaka hem



MOLN

PLANET

SYLT

SLÄDE

KLÄNNING

GULD

SALT

PLANKA

FLICKA

FILT

BUBBLA

CYKLA

FLUGA

BLINKA



MÅL

Varsinais-Suomen hyvinvointialue

Egentliga Finlands välfärdsområde

L-ljudet i meningar

När L lyckas i ord, är det dags att öva ljudet i meningar. Börja genom att kombinera två ord som börjar på L. Välj en egen spelfigur till varje djur (knapp, lego eller liknande) och lägg spelfiguren på djuret. Kasta tärning. Tärningens nummer visar vilket djur får gå framåt. Gå ett steg framåt och upprepa meningen. Se vilket djur som tar sig först i mål och vinner tävlingen! Spelet kan spelas tills alla djur har kommit i mål.



Lon lyssnar



Lejonet ler



Lisa läser



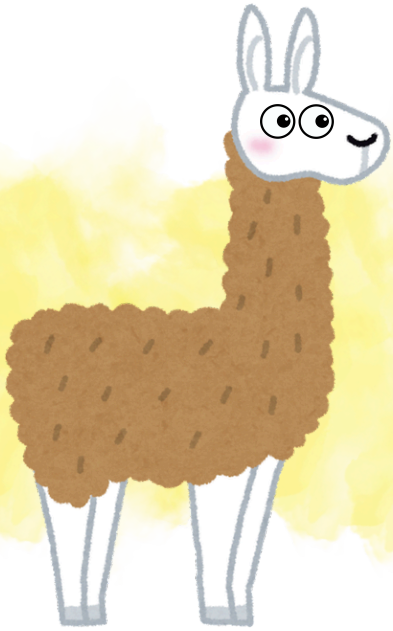
Laxen leker



Lammet letar



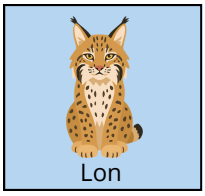
Laman limmar

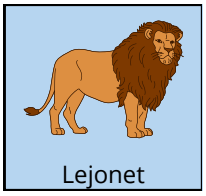


varha Varsinais-Suomen hyvinvointialue
Egentliga Finlands välfärdsområde

L-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.


Lon

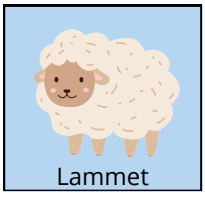

Lejonet


Nallen

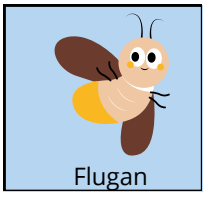

Alien


Sälen

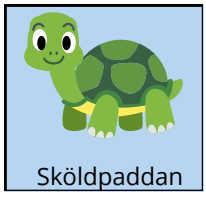

Polisen

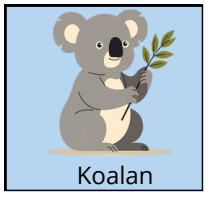

Lammet

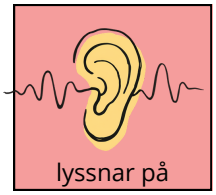

Pelikanen


Flugan


Julgubben


Sköldpaddan


Koalan

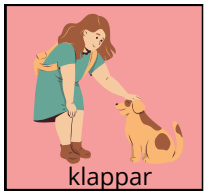

lyssnar på

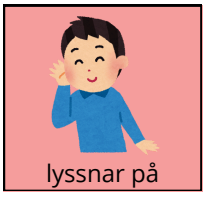

letar efter


lagar

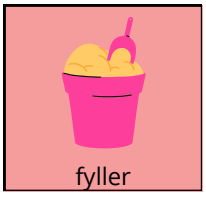

grillar

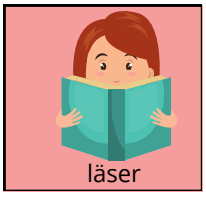

häller på

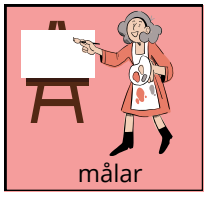

klappar

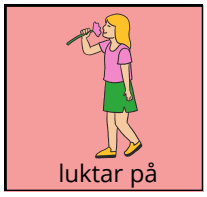

lyssnar på


talar om

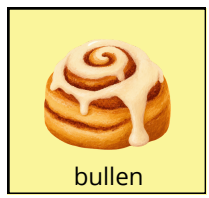

fyller

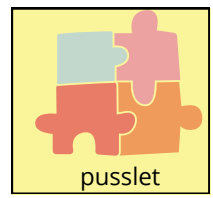

läser


målar

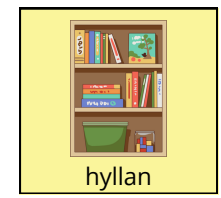

luktar på


leksakslådan


bullen


pusslet

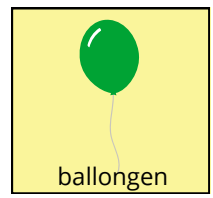

halsduken


hyllan


pokalen

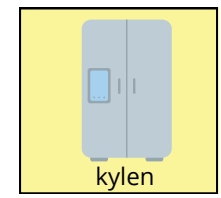

bilen

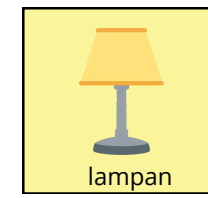

glasögonen


ballongen



chokladen

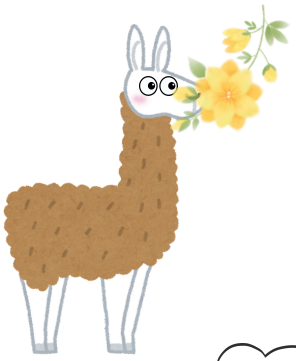

kylen


lampan

Varsinais-Suomen hyvinvointialue
Egentliga Finlands välfärdsområde
varha

L-ljudet i meningar

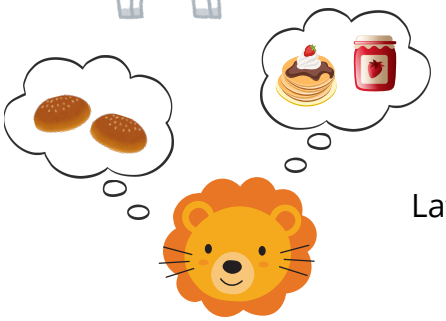
Öva L i meningar och sånger!





Lilla laman luktar på de gula blommorna.

Det lustiga lejonet gillar bullar och plättar med sylt.



Den gulliga sälen spelar cello på kvällen.



Lata Lisa plockade den illaluktande blomman.

Blinka, lilla stjärna där,
hur jag undrar vad du är.
Fjärran lockar du min syn,
lik en diamant i skyn.
Blinka, lilla stjärna där,
hur jag undrar vad du är.

Bä, bä, vita lamm, har du någon ull?
Ja, ja, kära barn, jag har säcken full.
Helgdagsrock åt far och söndagskjol åt mor,
Och två par strumpor åt lille lille bror.



Mors lilla Olle i skogen gick
Rosor på kinden och solsken i blick
Läpparna små utav bär äro blå
Bara jag slapp att så ensam här gå.

Ekorrn satt i granen, skulle skala kottar
fick han höra barnen, då fick han så bråttom.
Hoppa' han från tallegren,
stötte han sitt lilla ben
och den långa, ludna svansen.

Prova en tungvrickare:
Flyg fula fluga flyg, och den fula flugan flög.



Varsinais-Suomen hyvinvointialue
Egentliga Finlands välfärdsområde
varha

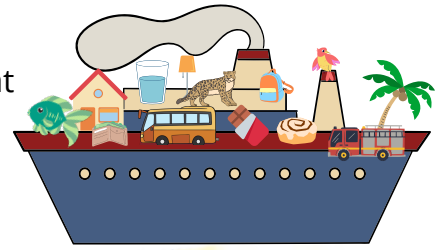
Överför L-ljudet till talet

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 L-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.



Sjung någon bekant visa eller sång och fäst uppmärksamheten vid L-ljudet (t.ex. Bää bää vita lamm).

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



Spela spel som ni har hemma och fäst uppmärksamheten vid L-ord under spelets gång, 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 L-ljudet!





Laman vill belöna dig för att du lärt dig L-ljudet!

Varsinais-Suomen hyvinvointialue
Egentliga Finlands välfärdsområde
varha

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