

奠定 2-3 歲幼兒的語言發展基礎～要先加強練習口腔及舌頭動作

幼兒口腔動作的協調性與靈活度，是其進食和發音動作的基礎，因此加強 2-3 歲幼兒口腔動作與功能的訓練，幫助幼兒口腔功能正常發展，對於幼兒生活自理和說話清晰度是相當重要的。父母要如何測試您孩子口腔動作的協調性與靈活度呢？

- 一、 觀察孩子得舌頭移動能力：可以用遊戲方式或沿著孩子嘴邊塗上巧克力醬或果醬（也可以拿一根棒棒糖上下左右移動位置），讓其伸出舌頭上下左右舔一舔，觀察孩子舌頭活動狀況是否正常。
- 二、 觀察孩子口腔咀嚼能力：進食時是否常含食物在口中不咀嚼，或直接吞嚥。在吃東西的過程中，與說話關係最密切的動作是「閉唇、咀嚼、吸吮和吞嚥」，正確的進食動作可以促進口腔功能的協調發展。
- 三、 觀察孩子的臉頰、雙唇功能：是否能夠正常吹氣、吹肥皂泡泡、嘟起嘴巴親人。

幼兒口腔動作的協調性與靈活度，是構音正常與說話清晰的基礎，幼兒各階段都有正常的構音不正確現象，部分錯誤也會慢慢自我修正，一般構音有問題孩子，醫師會建議 4-5 歲才需要做構音治療，而 2-3 歲幼兒則先以口腔功能正常發展和仿說正確發音為主，因此我們建議父母要注意及加強年齡層較小的孩子的口腔動作（oral motor）練習，增進孩子口腔動作的協調性與靈活度，為構音正常與說話清晰奠定較好的基礎。

◎ 增進口腔動作能力的親子小遊戲 ◎

臺北市立教育大學黃教授及其研究生到本所施測孩子語文能力，發現本所有許多幼兒舌頭無法向上伸出，或轉動的能力不佳，建議我們及家長多做以下幾種活動，可以增進孩子口腔動作能力。

- 一、 教導孩子以舔的方式吃棒棒糖或冰淇淋（練習舌頭向外前伸再往上翹）。
- 二、 將巧克力醬或果醬塗在幼兒口腔四周，再讓幼兒用舌尖去舔。
- 三、 將舌頭伸出縮回（可用棒棒糖、巧克力棒等幼兒喜愛的食物引誘舌尖動作）。
- 四、 準備乒乓球與孩子玩吹球遊戲（也可以吹羽毛、衛生紙條、風車、紙船、口哨、肥皂泡泡、蠟燭、汽球、口笛糖等），可幫助孩子增加肺活量、控制呼吸及氣流方向、增進軟顎的功能、雙唇收縮的能力，有助於提升說話的音量及整體清晰度。
- 五、 平時多注意自己的說話要儘量清晰易懂，速度不要太快，給予正確的發音動作示範，並且和幼兒面對面說話，讓其清楚的看到說話者的嘴巴動作，才容易正確的仿說。