

## **Drodzy Rodzice**

Zapraszam serdecznie do wspólnych zabaw z dziećmi usprawniających pracę narządów artykulacyjnych biorących udział w procesie mowy.

### ĆWICZENIA ODDECHOWE

Dzięki ćwiczeniom oddechowym dziecko uczy się prawidłowego gospodarowania powietrzem. Prawidłowy oddech wpływa na płynność mówienia i prawidłową pracę mózgu (dotlenia mózgu).

- Duży i powolny wdech nosem i powolny wydech ustami
- Wdech z unoszeniem ramion do góry, wydech z opadaniem ramion
- Nadymanie buzi i przepychanie powietrza w zamkniętej buzi
- Dmuchanie baniek mydlanych
- Wąchanie kwiatów – wdech i wydech nosem
- Przenoszenie słomką skrawków papieru, kawałków gąbki, papierowych kółek do pojemniczka, pudełka itp.
- Dmuchanie przez słomkę do kubka z wodą (wywoływanie burzy)
- Dmuchanie na waciki, piłeczki tenisowe, skrawki papieru położone na płaskiej powierzchni
- Dmuchanie na lekkie przedmioty – piórka, waciki, papierki od cukierków, suche liście, paski lub postacie z papieru zawieszane na nitkach
- Dmuchanie (wprawianie w ruch) wiatraczków
- Dmuchanie na papierowe łódki lub styropianowe zabawki na powierzchni wody
- Chuchanie na „zmarznięte” ręce, na gorącą zupę.

### ĆWICZENIA ARTYKULACYJNE

Sprawność narządów jest bardzo ważna dla prawidłowej wymowy. U dziecka, które ma niesprawne wargi lub język, nie ma wypracowanych precyzyjnych i celowych ruchów języka mogą wystąpić wady wymowy.

Propozycje zabaw

### ĆWICZENIA JEZYKA

- Kotki kotek pije mleko szybkie ruch języka w przód, do góry i do tyłu, kotek oblizuje się (czubek języka okrąża szeroko otwarte wargi).
- Zmęczony piesek dzieci naśladują pieska, który głośno oddycha i język ma mocno wysunięty na brodę. Spróbuj jak najdalej kierowanie języka do nosa, do brody, w prawą i w lewą stronę.
- Szczoteczka język to szczoteczka do zębów i będziemy po kolei czyścić zęby górne od strony zewnętrznej i wewnętrznej, a następnie zęby dolne z dwóch stron.
- Konik jedzie na przejażdżkę – naśladowanie konika stukając czubkiem języka o podniebienie, wydając przy tym charakterystyczny odgłos kłaskania
- Winda – otwórz szeroko buzię, poruszaj językiem tak, jakby był windą – raz do góry, raz do dołu
- Malarz – maluje sufit dużym pędzlem. Pomaluj pędzlem (językiem) swoje podniebienie, zaczynając od zębów w stronę gardła.

### ĆWICZENIA WARG

- Minki spróbujmy pokazać jakie robimy minki gdy jesteśmy:
  - \* weseli płaskie wargi rozciągnięte od ucha do ucha, uśmiech szeroki,
  - \* smutni robimy podkówkę z warg,
  - \* obrażeni wargi nadęte, zdenerwowani wargi wąskie.
- Całuski - przesyłanie całusków wargi wysunięte do przodu, cmokanie.
- Rybka - pokazujemy jaki pyszczek ma rybka, wysuwamy wargi do przodu i rozszerzamy na końcu.
- Zmęczony konik – parskanie wargami.
- Zły pies naśladujemy złego psa unosimy górną wargę, pokazujemy zęby. Dzieci mogą również naśladować warczenie psa.
- Balonik – nadymanie policzków, usta ściągnięte
- Gorąca zupa pokazanie jak chłodzimy wargami zupę.

### ĆWICZENIA PODNIEBIENIA MIĘKIEGO

- Zabawa języczek wędrowniczek:

Chory Tomek który bardzo źle się czuł i zachorował. Chłopiec był kapryśny, nie chciał jeść, był senny i bardzo kaszłał (naśladowanie ziewania przy nisko opuszczonej szczęce dolnej, kaszel z językiem daleko wysuniętym do przodu). Mamusia wezwała pogotowie (eo, eo, au, au,).

Przyjechała pani doktor i zaleciła Tomkowi płukanie gardła, połykanie pastylek, picie syropu (naśladowanie tych czynności) oraz inhalacje (zaciskanie na przemian dziurki nosa i

oddychanie wolno). Chłopiec bardzo zmęczony, ziewa i zasypia. Podczas spania chrapie (na wdechu i wydechu) itd.

- Nadmuchiwanie baloników.
- Puszczanie baniek mydlanych kto więcej puści baniek?, komu uda się zrobić największą?
- Zabawa w Echo powtarzanie sylab: ka, ko, ke, ku, ak, ok., oke, uku, oko, ga, go, ge, gu, aga, ogo, ege, u

### **Na co zwrócić uwagę:**

- Nasze wypowiedzi powinny być poprawne językowo, budujmy krótkie zdania, używajmy prostych zwrotów, modulujmy własny głos.
- mówić spokojnie, bez pośpiechu,
- Opowiadajmy i czytamy dziecku bajki, wierszyki, wyliczanki. Uczmy krótkich wierszy na pamięć.
- W trakcie rozmowy z dzieckiem unikajmy zdrobnień i spieszczeń (języka dzieciennego), dostarczając dziecku prawidłowy wzorzec językowy danego słowa.
- Dbaj o prawidłowe żucie, gryzienie i połykanie.
- Zwróćmy uwagę na słuch dziecka, jeśli coś nas niepokoi skontaktujmy się z lekarzem.
- Zwracajmy uwagę, aby dziecko oddychało nosem; w przypadku, gdy dziecko oddycha ustami, prosimy pediatrę o ustalenie przyczyny

### *POLECANE STRONY*

Zapraszam Państwa na różne strony internetowe o tematyce logopedycznej zawierające różne porady oraz ciekawe propozycje ćwiczeń:

- gaduterapia.
- logopasja.pl
- printoteka.pl
- domologo.pl

Zdalne propozycje zabaw logopedycznych: [learningapps.org](http://learningapps.org) oraz [wordwall.net](http://wordwall.net)