

Ćwiczenia logopedyczne

Aby usprawnić język:

mlaskamy,
układamy język w rurkę,
kłąskamy (jak robi konik?),
wypychamy językiem policzki,
wsuwamy język pod górną i dolną wargę,
przesuwamy język na boki w jamie ustnej,
dotykamy czubkiem języka kolejnych zębów,
formujemy język szeroko i wąsko w jamie ustnej,
przesuwamy czubek języka zygzakiem po podniebieniu,
przesuwamy czubek języka od górnych zębów wzdłuż podniebienia.

Aby usprawnić wargi:

cmokamy,
parskamy, pryhamy,
na przemian robimy „dzióbek” i rozszerzamy usta,
zaciśkamy, rozluźniamy, masujemy wargi palcami,
układamy wargi jak do wymawiania samogłosek: A, O, U, E, Y, I,
przy zaciśniętych zębach, naprzemiennie zakładamy wargi na siebie.

Aby usprawnić policzki:

poruszamy policzkami jak żaba,
napinamy policzki wraz z wargami,
wydymamy je i wciągamy do wewnątrz,
masujemy policzki dłońmi, okrężnymi ruchami



WSKAZÓWKI LOGOPEDYCZNE DLA RODZICÓW

Istotnym elementem profilaktyki wad wymowy jest świadomość Rodziców i najbliższego otoczenia dziecka. Poniżej prezentowane są tzw. *przykazania logopedyczne*.

1. ZWRÓĆ UWAGĘ NA SPOSÓB ODDYCHANIA DZIECKA.

Wdech i wydech przy spoczynku lub milczeniu powinien się odbywać przez nos. Jeśli przy oddychaniu dziecko ma otwartą buzię, powinno Cię to zaniepokoić.

2. BY DOBRZE MÓWIĆ, TRZEBA DOBRZE SŁYSZEĆ.

Jeśli musisz powtarzać polecenie lub prośby kierowane do dziecka, sprawdź Jego słuch.

3. MÓWIĄC DO DZIECKA, NIE SPIESZCZAJ FORM WYRAZÓW.

Tylko właściwa wymowa i zachowanie poprawnych form gramatycznych dadzą pożądaną efekt w postaci prawidłowej wymowy.

4. ZWRÓĆ UWAGĘ NA BUDOWĘ JĘZYKA, WARG, POLICZKÓW, PODNIEBIENIA (miękkiego i twardego) oraz JĘZYK.

Jeśli masz wątpliwości co do ich wyglądu, ułożenia, wielkości czy ruchliwości, udaj się do specjalisty po konsultację.

5. UCZ DZIECKO GRYZIENIA.

Od momentu, gdy tylko zaczniesz podawać pokarmy stałe. Gryzienie marchewki, jabłka, skórki od chleba wpływa na prawidłowe połykanie pokarmów, ułożenie zębów i żuchwy oraz prawidłowe ruchy języka.

6. CODZIENNIE CZYTAJ DZIECKU NA GŁOS.

Przynajmniej 20 minut, dziecko poprawia swoją wymowę, doskonali ją, starając się naśladować to, co słyszy od otoczenia. Dzięki głośnemu czytaniu dorosłego dziecko także wzbogaca swoje słownictwo, ćwiczy pamięć werbalną, zdolność koncentracji uwagi, umiejętność budowania zdań.

7. PODCZAS CZYTANIA NIECH TWOJE DZIECKO OPOWIADA.

Opowiada treść ilustracji, naśladuje różne odgłosy (np. szum wiatru, pukanie, odgłosy zwierząt). Wyrazy dźwiękonaśladowcze są doskonałym ćwiczeniem usprawniającym narządy artykulacyjne, przygotowują dziecko do wymowy kolejnych głosek.

8. ZACHĘCAJ DZIECKO DO NAUKI WIERSZY NA PAMIĘĆ.

Jest to doskonała forma ćwiczeń utrwalających wyrazistą wymowę.

9. WPROWADŹ DO ZABAWY GIMNASTYKĘ BUZI I JEZYKA.

Ćwiczenia logopedyczne nie muszą być nudne! Niech to będzie zabawa dla Ciebie i dziecka. Dodatkowo będzie to czas, jaki spędzicie razem i to już jest sukces.

10. ĆWICZENIA WYKONUJCIE SYSTEMATYCZNIE.

Tylko wtedy przyniosą one oczekiwany efekt. Ćwiczyć można zawsze i wszędzie, nie musi się to odbywać w wyznaczonym, ustalonym czasie. Jest to nawet niewskazane, gdyż dziecko nie powinno traktować takich ćwiczeń jak obowiązku.

POWODZENIA!:)