

Propozycje ćwiczeń do samodzielnego wykonywania z dzieckiem w domu.

Przedstawiam Państwu przykładowe ćwiczenia logopedyczne, które stanowią bazę – przygotowanie do dalszej pracy nad prawidłową realizacją głosek. Należy pamiętać, że ćwiczenia zawsze powinny być dopasowane do konkretnej wady wymowy. Wykonywanie przypadkowych ćwiczeń może nie przynieść oczekiwanych efektów. W tej części proponuję ćwiczenia dla dzieci, które nieprawidłowo realizują głoski: k, g, f, w. Głoski te powinny być prawidłowo realizowane po ukończonym trzecim roku życia. W przypadku pracy z dziećmi w wieku przedszkolnym ćwiczenia logopedyczne powinny zawsze przyjmować formę zabawy: podczas pobytu w domu, na spacerze itp. Najskuteczniejsze są krótkie i częste powtórki. Współpraca rodziców z logopedą oraz praca z dzieckiem w domu ma ogromne znaczenie dla sukcesu terapii.

Etap przygotowawczy przed wywołaniem głosek „k” i „g”

Ćwiczenia usprawniające (wzmacniające mięśnie tyłu języka)

- ziewanie przy szeroko otwartych ustach;
- wdychanie powietrza nosem i wydychanie ustami, podczas szerokiego otwierania ust;
- picie gęstych napojów przez długą i cienką słomkę;
- przysysanie drobnych papierków przez rurkę i przenoszenie ich na planszę;
- opieranie języka o dolne zęby;
- unoszenie środka języka do podniebienia twardego i miękkiego;
- podwijanie języka;
- ssanie cukierka (środkiem języka);
- „koci grzbiet” – opieranie czubka języka o dolne zęby i cofanie go w głąb jamy ustnej, by nastąpiło uniesienie grzbietu języka do góry;
- układanie czubka języka za górnymi zębami i opuszczanie go do dziąseł dolnych podczas szerokiego otwierania jamy ustnej;
- mlaskanie całą powierzchnią języka, przy opuszczonej żuchwie;
- mlaskanie środkiem języka, przyssanie języka do podniebienia przy szeroko otwartych ustach;
- przyklejanie całego języka do podniebienia przy szeroko otwartych ustach, a następnie energiczne opuszczanie przodu języka w dół;
- lizanie lizaka językiem mocno wysuniętym z buzi;

Etap przygotowawczy przed wywołaniem głosek „f”, „w”

Ćwiczenia warg:

- przegryzanie dolnej wargi;
- ssanie dolnej wargi;
- zbieranie z talerzyka za pomocą samych warg drobnych ciasteczek lub kawałków owoców;
- przeczesywanie dolnej wargi zębami;
- naprzemienne zaokrąglanie i spłaszczanie warg;
- półuśmiechy (przemienne naciąganie jednego kącika ust);
- chowanie warg do środka;

Ćwiczenia oddechowe:

- „studzenie bordy” – dmuchanie do dołu przy schowanej dolnej wardze;
- dmuchanie na gorącą herbatę;
- dmuchanie przez słomkę;