

Propozycje ćwiczeń do samodzielnego wykonywania z dzieckiem w domu.

Podczas zajęć logopedycznych zwracamy szczególną uwagę na prawidłową wymowę głosek ś, ź, ć, dź. Są to tzw. głoski miękkie, które pojawiają się w rozwoju mowy dziecka zazwyczaj między 3. a 4. rokiem życia. U części dzieci proces ich utrwalania może trwać nieco dłużej, jednak około 5. roku życia dziecko powinno już wymawiać je poprawnie.

Jeśli dziecko zastępuje te głoski innymi (np. s, z, c) lub wymawia je nieprawidłowo, warto wspierać rozwój mowy poprzez regularne ćwiczenia oraz zwracanie uwagi na prawidłowy wzorzec wymowy w codziennej rozmowie.

Najlepsze efekty przynosi systematyczna praca w domu, w spokojnych momentach dnia, w formie zabawy i naturalnej rozmowy. Bardzo ważne jest również cierpliwe modelowanie poprawnej wymowy przez dorosłych oraz zachęcanie dziecka do ćwiczeń bez wywierania presji. Najlepiej ćwiczyć krótko i regularnie.

Etap przygotowawczy przed wywołaniem głosek ś, ź, ć, dź

Ćwiczenia grzbietu języka:

- głośne ssanie cukierka, środek języka całkowicie przylega do podniebienia;
- lizanie talerza posmarowanego czymś smacznym np. miodem;
- „język na gumce” – ćwiczenie polegające na przyklejaniu powierzchni języka do podniebienia twardego i jednoczesne poruszanie żuchwą w górę i w dół;
- „koci grzbiet”- wypychanie dolnych zębów językiem i wyginanie jego grzbietu ku górze;
- lizanie językiem wewnętrznej powierzchni dolnych zębów i dziąseł;
- naprzemienne dotykanie czubkiem języka przy otwartych ustach górnych i dolnych dziąseł od wewnątrz;
- liczenie językiem dolnych zębów od wewnątrz;

Ćwiczenia warg:

- cmokanie ustami w różnym ułożeniu;
- nakładanie górnej wargi na dolną i odwrotnie;
- zwijanie warg do wewnątrz;
- układanie warg jak przy „u”, a następnie jak przy „i”;
- „żabka” – naprzemienne zamykanie i otwieranie środkowej części warg przy zaciśniętych kącikach;
- zbieranie z talerza ciasteczek, chrupek, owoców samymi wargami bez użycia rąk;

Ćwiczenia oddechowe:

- puszczanie baniek mydlanych;
- dmuchanie do naczynia z wodą przez rurkę;

- rozdmuchiwanie wacików;
- dmuchanie koralików;
- rozdmuchiwanie za pomocą słomki ziarenek ryżu, kaszy, soli;
- udawanie śmiechu w różnych tonacjach, na przemian głośno i cicho: hhiiiiii, hiii, hiiii
- udawanie konia: hihihij, ihihihiji...
- wymawianie szeptem, a potem głośno: iiiiii, jjjjjjjjj, hihihiji....

Marta Marzęcka