

Ćwiczenia dla dzieci 3, 4-letnich

Ćwiczenia języka:

- pokaż jak : (kotek pije mleko, miś oblizuje się po zjedzeniu miodu, zabawę można uatrakcyjnić smarując wargi np. miodem, butelką)

Wszystkie podstawowe ruchy języka można wykonać w zabawie np. „Języczek sprząta mieszkanie (buzie)”

- zmiata podłogę (język przesuwamy po dolnych zębach)

-myje okna (dotykamy językiem każdego zęba górnego)

- myje sufit (przesuwa językiem po podniebieniu)

- wyciera kurze (językiem wypychamy od wewnątrz policzek z jednej i drugiej strony)

- sprawdza czy już czysto: patrzy w górę – język dotyka do górnej wargi; w dół –język dotyka dolnej wargi; patrzy w lewą i prawą stronę – język dotyka kącików ust)

Ćwiczenia warg:

- cmokanie ustami

- rybka (wargi wysunięte do przodu i rozszerzone na końcu)

- karetka pogotowia : e-o, e-o

- chłodzimy zupę (dmuchamy),

Ćwiczenia oddechowe:

- chuchamy na zmarzniete ręce (chuuuuu..)

- dmuchamy na gorącą herbatę (ffffff....)

- z balonika ucieka powietrze (sss....)

- zabawy z rurką (dmuchanie przez rurkę do szklanki z wodą, na skrawek papieru, piórka)

Usprawnianie motoryki palców rąk:

(Dzięki tym ruchom doskonalimy precyzję ruchów artykulacyjnych języka, warg, żuchwy)

- budowanie z klocków

- rysowanie na papierze lub rozsypanej kaszy, ryżu, piasku

- lepienie z plasteliny

- nawlekanie koralików

Jeśli masz wrażenie, że Twoje dziecko mówi bardziej dziecinnie niż jego rówieśnicy, zabaw się w domowego logopedę. Słuchaj dokładnie słów swojej pociechy i wypisuj błędy wymowy, które najczęściej maluch popełnia. Jeżeli jesteś z jakiegoś powodu zaniepokojona, skonsultuj się z logopedą.

Najpierw sprawdź, czy prawidłowa jest ruchomość języka twego dziecka. Poproś, by dotknął nim do nosa albo polizał górną wargę. Jeśli nie jest w stanie tego zrobić, oznacza to, że błonka pod językiem (tzw. wędzidełko) jest zbyt krótka. Wtedy może się zdarzyć, że w przyszłości dziecko będzie miało kłopoty z prawidłowym wymawianiem głosek: **sz, rz, cz, dż, l, t, d, r** (przy ich wymawianiu potrzebny jest ruch języka do góry). W takich przypadkach lekarze zazwyczaj namawiają do zabiegu podcięcia wędzidełka.

• **Ciarna ziaba ściezi zięby**

Trzylatek ma prawo tak mówić (zamiast „czarna żaba szczyrzy zęby”), czyli zamieniać **sz, ż, cz, dż na s, ź, ć, dź**). Jest to normalne. Aby jednak się upewnić, poproś, by dziecko powiedziało te wyrazy pojedynczo przed lustrem. Jeśli bowiem wsuwa przy tym język między zęby, oznacza to wadę wymowy.

• **Lepiej lowel niż jowej**

Trzylatek zwykle nie wymawia **r**. Nie ma się czym martwić, jeżeli w tym wieku zamienia tę głoskę na **l** (może to nawet robić do sześciu lat). Jeżeli jednak zamiast **r** wymawia **j** prawdopodobnie oznacza to wadę wymowy.

• **Sios i ziupa cebulowa**

Taka wymowa jest niewłaściwa. Problem z **s, z, c** i **dz** trzylatek powinien mieć już za sobą.

• **Ma-ma zamiast mama**

Nie panikuj, jeśli dziecko zacznie się zacinać. W tym wieku mowa szybko się rozwija i maluch często stara się powiedzieć więcej, niż jest w stanie. Jąkanie rozwojowe pojawia się u 2-, 3-latków i po pewnym czasie po prostu mija.

• **Dłowa małego tota**

Zdarza się, że trzylatek mówi zamiast np. głowa - dłowa, a kot - tot. Oznacza to, że zamienia **k** na **t**, a **g** na **d**. Dzieje się tak dlatego, że dziecko

podnosi tylko przód języka (przyczyną mogą być np. nadmiernie rozrośnięte migdałki). Jeżeli ta wada nie przejdzie sama, można ją skorygować za pomocą specjalnych ćwiczeń.

Należy pamiętać, że każde dziecko rozwija się nieco inaczej, ma swoje własne tempo i rytm tych przemian, które wynikają z możliwości jego organizmu i z warunków opiekuńczo-wychowawczych, które stwarza mu środowisko rodzinne. Dziecko kończące pierwszy rok życia powinno umieć naśladować pieska, kurkę, krówkę i świnkę. Jeśli tego nie robi i jeśli jego rozwój mowy niepokoi rodziców, to winni oni nawiązać kontakt z logopedą. Pamiętajmy, że małe dziecko jest bardzo podatne na pochwały. Za każdą odpowiedź na pytanie: "jak robi kurka? -koko; jak piesek? au-au; a jak świnka? -kwi-kwi", głaszczemy, chwalimy je i w ten sposób zachęcamy do coraz to nowych wypowiedzi.

Drodzy Rodzice!

Jeśli Wasze dziecko zacznie mówić, to miejcie na uwadze to, by wymawiało słowa w zrozumiałym sposobie dla wszystkich, a nie tylko dla tych, którzy nauczyli się już je rozumieć. Konieczny jest poprawny wzór i troska o to, by dziecko rozumiało słowa i właściwie je kojarzyło z przedmiotami, które one oznaczają. Dziecka nie można wychować tylko przy pomocy "samiych słów". Słowa kierowane do małego dziecka winny być mu bliskie i znane. Trzeba też stworzyć atmosferę, w której dziecko podświadomie przejmie to, co chcemy mu przekazać.

GIMNASTYKA BUZI I JĘZYKA DLA CAŁEJ RODZINKI!

1. „Koniki” - kląskanie przy jednoczesnym uśmiechu.
2. „Koniki” - kląskanie z ustami ułożonymi w dzióbek (jak do pocałunku). Pamiętajcie, by zęby przy tym ćwiczeniu były zaciśnięte, wtedy ćwiczy język, a nie żuchwa.
3. „Piłeczka” - zamknijcie usta, prowadźcie język po prawym policzku do góry i do dołu, analogicznie po lewym policzku. Następnie zróbcie trzy kółka językiem wokół ust. Pamiętajcie, żeby wargi były cały czas złączone, a język prowadzony wewnątrz jamy ustnej. Podczas tego ćwiczenia koniecznie oddychajcie nosem.
4. „Malowanie gwiazd” - czubkiem języka dotykajcie różnych miejsc na podniebieniu.
5. „Malowanie sufitu” - dotknijcie językiem do podniebienia i prowadźcie go wzdłuż podniebienia twardego do miękkiego, czyli od zębów do gardła.
6. Policzcie zęby czubkiem języka - najpierw na górze, a potem na dole.
7. „Mycie zębów” językiem od strony zewnętrznej i wewnętrznej. Przy tym ćwiczeniu możecie mieć otwarte usta.
8. „Strzałka” - wysuwajcie język po kroplę wody, układajcie język tak, żeby był bardzo ostry i cienki. **UWAGA!** Osoby, które wsuwają język między

zęby, nie powinny wykonywać tego ćwiczenia!

9. Zaciśnijcie z całej siły wargi, a następnie próbujcie je spychać językiem z zębów.

10. Skierujcie język do nosa, do brody, do prawego ucha, do lewego ucha.

UWAGA! Osoby, które wsuwają język między zęby, nie powinny wykonywać tego ćwiczenia!

11. Dotykajcie czubkiem języka na zmianę lewego i prawego kącika ust.

12. Przyklejcie język do podniebienia przy opuszczonej żuchwie. Następnie gwałtownie odklejcie język tak, by uzyskać odgłos kląskania.

13. Oblizujcie językiem dolną i górną wargę. **UWAGA!** Osoby, które wsuwają język między zęby, nie powinny wykonywać tego ćwiczenia!

14. „Rurka” – ułóżcie język w rurkę. **UWAGA!** Osoby, które wsuwają język między zęby, nie powinny wykonywać tego ćwiczenia!

15. Wysmarujcie podniebienie czymś smacznym (np. czekoladą), a następnie dokładnie zliźcie to czubkiem języka.

16. „Język na gumce” - język przyklejcie do podniebienia, jednocześnie opuszczając żuchwę (dolną szczękę). Nie pozwólcie, by język odkleił się od podniebienia. To ćwiczenie rozciąga wędzidełko.

17. „Woźnica” – kląskajcie i cmokajcie na przemian.

18. „Motylek” - czubek języka oprzyjcie o górne jedyńki, natomiast boki języka spróbujcie podciągać do górnych zębów trzonowych. Jeśli Wam się uda, boki języka zaczną falować, jak skrzydła u motyla.

19. Opuście dolną szczękę i połóżcie swobodnie język na dolnej wardze. Powinien być spłaszczony i rozszerzony tak mocno, by jego boki dotykały do kącików ust.

20. „Koszyczek” - zwińcie język do środka buzi. Musi on być dosyć szeroki, by udało się utworzyć z niego rodzaj koszyczka. Możecie sobie pomóc małymi cukierkami i z języka zrobić „łyżeczkę”, która utrzyma cukierek w dole języka i nie spowoduje jego połknięcia.

źródło: <http://logopeda.pl/dla-rodzicow/Gimnastyka-buzi-i-jezyka--Czesc-1--jezy...>

Poniżej artykuł o tematyce logopedycznej

- pomysły na wspólne, rodzinne zabawy...

ZABAWA W ONOMATOPEJE

<http://www.blizejprzedszkola.pl/upload/miesiecznik/artykuly/113/zabawa-...>

.....

Nasze przedszkole od kilkunastu lat bierze udział w Miejskim Programie Profilaktyki Logopedycznej.

Więcej informacji o programie: www.wke.wroclaw.pl