

## **„Słoneczne” zabawy z logopedią dla dzieci młodszych (2)**

Ćwiczenia usprawniające narządy mowy a więc język, wargi i podniebienie przygotowują do prawidłowego mówienia. Można je prowadzić z dziećmi 3-4 letnimi w formie zabawy. Jeśli więc potraktujemy ćwiczenie jako zabawę będzie ono dla dziecka czystą przyjemnością. Rola logopedy i rodzica polega na pokazaniu poprawnie wykonywanego ćwiczenia i chwaleniu dziecka za podejmowany wysiłek, choćby efekty nie były od razu widoczne. Wykonujemy ćwiczenia przed lustrem i dostosowujemy do indywidualnych możliwości dziecka. Lepiej ćwiczyć krótko ale często i systematycznie : z 3-latką do 5 minut z dzieckiem starszym do 10 minut.

Poniżej podaję kilka zabaw z dzieckiem.

### **Ćwiczenia logopedyczne dla dzieci przedszkolnych**

**1. Ćwiczenia słuchowe** –stanowią ważną grupę ćwiczeń logopedycznych, ponieważ często zaburzenia czy opóźnienia rozwoju mowy pojawiają się na skutek opóźnień rozwoju słuchu fonematycznego (tzw. słuchu mownego). Stymulując funkcje słuchowe przyczyniamy się do rozwoju zaburzeń mowy.

- Co słyszę ?-dziecko siedzi z zamkniętymi oczami i nasłuchuje, rozpoznaje odgłosy dochodzące z ulicy czy innego pomieszczenia
- Rozpoznawanie różnych przedmiotów zamkniętych w pudełku po wydawanym odgłosie –kamyki, groch, kasza, cukier itd..
- Zgadnij co wydało dźwięk ?-uderzanie pałeczką w drewno, metal, szkło itp.
- Toczenie po podłodze różnych przedmiotów np. kasztana, piłki, kamienia –rozpoznawanie przez dzieci
- Szukanie ukrytego przedmiotu :zegarka, radia, zabawki wydającej dźwięki itd..
- Rozróżnianie i naśladowanie głosu zwierząt, urządzeń domowych itd..

**2. Ćwiczenia oddechowe**- poprawiają wydolność oddechową, sprzyjają wydłużaniu fazy wydechowej a tym samym poprawiają jakość mowy. Są prowadzone najczęściej w formie zabawowej.

- Puszczanie baniek mydlanych
- **Zdmuchiwanie chrupek, piłeczek, kawałków waty na gładkiej powierzchni**, a następnie na powierzchni szorstkiej i nierównej – np. na pogniecionej przez dziecko gazecie.
- **Zabawa z chmurką** – papierowa chmurka z zawieszonymi na nitkach kawałkami watek – płatków śniegu służy do ćwiczeń dmuchania. Także w tym ćwiczeniu można użyć rurki do napojów.
- Dmuchanie na piłeczkę pingpongową ,wyścigi piłeczek
- Nadmuchiwanie balonika
- Naśladowanie balonika –wypuszczanie powietrza z jednoczesnym odgłosem –ssss
- Dmuchanie na piórko ,żeby nie spadło
- Naśladowanie lokomotywy –wydmuchiwanie nadmiaru pary –fff ,szszsz
- Chuchanie na zmarznięte ręce
- Chłodzenie gorącej zupy-dmuchiwanie ciągłym powietrzem

### 3.Ćwiczenia artykulacyjne warg i języka

U większości dzieci z wadą wymowy występuje obniżona sprawność narządów artykulacyjnych :warg ,języka i podniebienia miękkiego i policzków. Większość ćwiczeń wymaga wielokrotnego powtarzania ,dlatego konieczne jest stosowanie metod zabawowych podczas ćwiczeń.

- Konik jedzie na przejażdżkę - naśladuj konika stukając czubkiem języka o podniebienie, wydając przy tym charakterystyczny odgłos kłaskania.
- Wilk gonił zająca i bardzo się zmęczył, wysunął język i dyszy.  
Wysuń język jak najdalej na brodę - pokaż dyszącego wilka.
- Huśtawka unosi się do góry, a potem wraca na dół.  
Wysuń język przed zęby i poruszaj nim tak, jakby się huśtał - raz do góry w stronę nosa, raz do dołu w stronę brody.
- Wysuń obie wargi do przodu, udając ryjek świnki.  
Następnie połóż na górnej wardze słomkę lub ołówek i spróbuj ją jak najdłużej utrzymać.
- Chomik wypycha policzki jedzeniem, a ty pokaż jak można wypchnąć policzki językiem, raz z prawej raz z lewej strony.

- Wyobraź sobie, że twój język to żołnierz na defiladzie.  
Na raz - czubek języka wędruje na górną wargę, na dwa - czubek języka dotyka lewego kącika ust, na trzy - czubek języka na dolną wargę, na cztery - czubek języka przesuwamy do prawego kącika ust.
- Na pewno wiele razy kopałeś szeroką łopatką w piasku.  
Otwórz buzię i wysuń język za dolną wargę. Postaraj się, aby język był szeroki jak łopata.
- Malarz maluje sufit dużym pędzlem. Pomaluj językiem swoje podniebienie, zaczynając od zębów w stronę gardła.
- Dzieci lubią zjeżdżać na zjeżdżalni, a ty ? Spróbuj zrobić zjeżdżalnię dla krasnoludków ze swojego języka. Oprzyj czubek języka za dolnymi zębami i unieś do góry jego środkową część. Musisz bardzo uważać, aby język nie wychodził przed zęby.
- Młotkiem wbijamy gwoździe w ścianę. Spróbuj zamienić język w młotek i uderzaj o dziąsła tuż za górnymi zębami, naśladując wbijanie gwoździa.
- Drzwi do domu otwierają się i zamykają. Wargi to nasze drzwi do domu. Pokaż jak wargi ściągnięte do przodu, otwierają się i zamykają.
- Żyrafa wyciąga mocno szyję do góry. Otwórz szeroko usta i spróbuj pociągnąć język do góry, najdalej jak potrafisz.
- Słoń ma długą trąbę i potrafi nią wszędzie dosięgnąć. Ciekawe czy potrafisz dosięgnąć językiem do ostatniego zęba na górze i na dole, z prawej i lewej strony.

Dla dzieci młodszych stosujemy **bajeczki logopedyczne**

### **„Krasnoludek w buzi”**

Pewnego dnia krasnoludek, która mieszka u każdego w buzi robił wielkie porządki. Najpierw umył dokładnie ściany (przesuwanie języka w stronę policzków i dokładne ich „umycie”), potem umył sufit (przesuwanie języka od zębów górnych do podniebienia); ponieważ i podłoga była brudna umył ją dokładnie (opuszczany jak najniżej język, myjemy dolne dziąsła); Umył także okna, najpierw ich stronę zewnętrzną, a potem od środka (przesuwanie języka po zewnętrznej stronie zębów, a potem po wewnętrznej); potem umył schody

(wysuwanie języka na brodę); następnie umyła komin (dotykaniem językiem do nosa); Kiedy krasnoludek spojrział przez okno spostrzegł przechodzącą sąsiadkę i pomachał do niej (przesuwanie języka z jednego kącika ust do drugiego, usta przy tym ćwiczeniu powinny być szeroko otwarte); W ten sposób dom został wysprzątnięty.

### **„Osiołek**

Na polanie bardzo smacznie spał sobie osiołek (chrapanie). Gdy nastał rano, osiołek się zbudził, bardzo szeroko otworzył swoją buzię i ziewnął (ziewanie). Nagle poczuł się głodny. Nabrał więc sporo trawy do pyska (otwieranie i zamykanie buzi) i dokładnie zaczął ją żuć (żucie). Po swoim śniadaniu osiołek oblizuje zębki żeby były czyste, każdy ząbek po kolei (przesuwamy językiem po zębach). Jedno źdźbło przykleiło się do podniebienia, trzeba je koniecznie oderwać (przesuwamy językiem po podniebieniu). Osiołek po swoim jedzeniu biega po polanie (kłaskanie), a ruchy te naśladuje język – raz w górę (język do nosa). Raz w dół (język na brodę, buzia szeroko otwarta). Zmęczony osiołek podchodzi do strumyka i pije wodę (język zwinięty w rurkę). Przed nocnym spaniem osiołek dokładnie myje każdy ząbek (język przesuwamy po wewnętrznej i zewnętrznej stronie zębów) oraz policzki (językiem przesuwamy po wewnętrznej stronie policzków)

### **„Śniadanie Puchatka ”**

Kubuś Puchatek obudził się rano, przeciągnął i bardzo mocno ziewnął (ziewanie). Poczuł, że jego brzusek jest pusty wyruszył więc do lasu na poszukiwanie miodu. Idzie wyboistą ścieżką (przesuwamy językiem po zębach) rozgląda się w prawo i lewo. Próbuje wyczuć gdzie jest dziupla z miodem (kilka razy wdychamy powietrze nosem, a wydychamy ustami) stanął przed wysokim drzewem. Spojrział w górę (językiem dotykamy górnej wargi) i zobaczył dziuplę, z której wypływał pyszny miodek. Kubuś zaczął więc wspinać się po drzewie. Sięgnął łapką do dziupli i wyjął ją oblepioną miodem. Obliznął ją całą dokładnie (wysuwamy język z buzi i lekko ruszamy w górę i w dół) i wsunął łapkę ponownie i znowu ją obliznął. Podczas jedzenia Puchatek pobrudził sobie pyszczek. Teraz próbuje go wyczyścić. Oblizuje więc językiem dokładnie wargi, dotyka do kącików ust, a na koniec oblizuje zębki. (usta cały czas szeroko otwarte). Misiu poczuł, że jego brzusek jest już pełen. Zszedł z drzewa i ruszył w drogę powrotną. Musiał iść tą samą wyboistą dróżką (dotykamy czubkiem języka do każdego ząbka na górze i na dole), więc gdy doszedł do swojego domku był bardzo zmęczony (wysuwamy język na brodę i dyszymy). Położył się do łóżeczka i zasnął.