

Ćwiczenia słuchowe

Przykłady dla dzieci młodszych:

1. „ Co słyszę?” - dzieci siedzą z zamkniętymi oczami i nasłuchują, rozpoznają odgłosy dochodzące z sąsiedztwa, ulicy.
2. „ Zgadnij, co wydało dźwięk?” - uderzanie pałeczką w szkło, fajans, metal, kamień, drewno itp. Toczenie różnych przedmiotów po podłodze / np. piłki, kasztana, kamienia/, rozpoznawanie odgłosu przez dzieci.
3. Rozpoznawanie głosu, szmeru, źródła dźwięku - miejsca, kierunku, odległości, ilości dźwięków (dużo- mało), głośności (cicho - głośno).
4. Szukanie ukrytego zegarka, radia, dzwoniącego budzika.
5. Rozróżnianie i naśladowanie głosów zwierząt: kota, psa, krowy, kury, koguta, kaczki, gęsi itp. odgłosów pojazdów: samochodu, pociągu, motoru, traktora itp.

Ćwiczenia oddechowe

Przykłady:

1. Wdech nosem (usta zamknięte) i wydech ustami.
2. Dmuchanie na płomień świecy.
3. Dmuchanie na piłeczkę pingpongową, wyścigi piłeczek.
4. Dmuchanie na kulkę z waty, na wiatraczek.
5. Chłodzenie „ gorącej zupy” - dmuchanie ciągłym strumieniem.
6. Nadmuchiwanie balonika.
7. Naśladowanie syreny - „ eu-eu- eu”, „ au-au-au” - na jednym wydechu.
8. Powtarzanie zdań szeptem.
9. Naśladowanie śmiechu różnych osób:
 - staruszki: che- che- che
 - kobiety - wesole cha- cha- cha
 - mężczyzny - rubaszne ho- ho- ho
 - dziewczynki - piskliwe, chichotliwe chi- chi- chi.



Ćwiczenia motoryki narządów artykulacyjnych

Ćwiczenia logopedyczne powinny być wykonywane przy kontroli wzrokowej - przed lustrem.

Ćwiczenia warg:

1. Wymawianie na przemian „ a-o”, „i-u”, „e-o”.
2. Cmokanie.
3. Parskanie / wprawianie warg w drganie/.
4. Masaż warg zębami (przygryzanie warg zębami).

5. Wysuwanie warg w „ryjek”, cofanie w „uśmiech”.
6. Wysuwanie warg w przód, następnie przesuwanie warg w prawo, w lewo.

Ćwiczenia języka:

1. „Głaskanie podniebienia” czubkiem języka, jama ustna szeroko otwarta.
2. Dotykanie językiem do nosa, do brody, w stronę ucha lewego i prawego.
3. Oblizywanie dolnej i górnej wargi przy ustach szeroko otwartych / krążenie językiem/.
4. Wysuwanie języka w przód i cofanie w głąb jamy ustnej.
5. Kłaskanie językiem.
6. Dotykanie czubkiem języka na zmianę do górnych i dolnych zębów, przy maksymalnym otwarciu ust / zuchwa opuszczona/.

Ćwiczenia usprawniające podniebienie miękkie:

1. Wywołanie ziewania przy nisko opuszczonej szczęce dolnej.
2. Płukanie gardła ciepłą wodą.
3. „Chrapanie” na wdechu i wydechu.
4. Nabieranie powietrza nosem i zatrzymanie w jamie ustnej. Policzki nadęte. Początkowo nadymać policzki z zatkanym nosem, a następnie próbować połykać powietrze.

Ćwiczenia policzków:

1. Nadymanie policzków - „gruby miś”.
2. Wciąganie policzków - „chudy zajaczek”.
3. Nabieranie powietrza w usta, przesuwanie powietrza z jednego policzka do drugiego na zmianę.

Ćwiczenia prawidłowego połykania

1. Unoszenie języka na wałek dziąsłowy za górnymi zębami przy otwartych a następnie zamkniętych ustach.
2. Lizanie czubkiem języka wałka dziąsłowego.
3. Trzymanie czubkiem języka cukierka tik-tak przy wałku dziąsłowym, jednoczesne połykanie śliny.
4. Ćwiczenie jak wyżej z kawałeczkiem czekolady przyklejonym do wałka dziąsłowego.

Przygotowanie:
Logopeda mgr Monika Paś