

PRZYKŁADY ĆWICZEŃ LOGOPEDYCZNYCH:

1. Ćwiczenia słuchowe – stanowią bardzo ważną grupę ćwiczeń logopedycznych, ponieważ często opóźnienia czy zaburzenia rozwoju mowy pojawiają się na skutek opóźnień rozwoju słuchu fonematycznego. Stymulując funkcje słuchowe przyczyniamy się do rozwoju mowy dziecka.

Przykłady:

- „Co słyszysz?” – dziecko nasłuchuje i rozpoznaje odgłosy dochodzące z sąsiedztwa, ulicy, różne sprzęty, pojazdy, zwierzęta. (Przykładowa strona z odgłosami: <https://odglosy.pl/>)
- Szukanie ukrytego zegarka, radia, dzwoniącego budzika.
- Wyróżnianie wyrazów w zdaniu. (Z ilu wyrazów składa się zdanie: Mama czyta książkę).
- Dzielenie na sylaby imion dzieci, rzeczy, zwierząt.
- Wyszukiwanie imion dwusylabowych i trzysylabowych.
- Rozróżnianie mowy prawidłowej od nieprawidłowej.
- „Co to za wyraz?” – rodzic i dziecko naprzemiennie głosują wyrazy i zgadują. (m – a – m – a (mama), b – a – l – o – n (balon) itp.
- „Co słyszysz na początku / końcu/ w środku wyrazu?” (nagłos: kot (k), owoc (o) itp., wygłos: rak (k), kos (s) itd., śródgłos: bok (o), rak (a) itp.

2. Ćwiczenia oddechowe - poprawiają wydolność oddechową, sprzyjają wydłużaniu fazy wydechowej, co powoduje poprawę jakości mowy. Ćwiczenia prowadzone są najczęściej w formie zabawowej, przy wykorzystaniu różnych środków, np. piórek, piłeczek, wody mydlanej, chrupek, wiatraczków itp. Są także wplatane w opowieści i zabawy ruchowe.

Przesyłam link do ciekawych propozycji ćwiczeń oddechowych:

<http://zabawkilundi.pl/blog/cwiczenia-oddechowe-dla-dzieci/>)

3. Ćwiczenia motoryki narządów artykulacyjnych – u większości dzieci z wadą wymowy występuje obniżona sprawność narządów artykulacyjnych - języka, warg, policzków, podniebienia miękkiego. Czasem przyczyną wady wymowy są nieprawidłowości w budowie anatomicznej narządów mowy, np. zbyt krótkie wędzielko podjęzykowe, przerośnięty język, zbyt duża masa języka, rozszczep wargi itp. Przyczyną bywają także, szczególnie u dzieci młodszych, nieprawidłowe nawyki związane z połykaniem lub oddychaniem. Konieczne są w tych wszystkich wypadkach ćwiczenia motoryki narządów artykulacyjnych oraz ćwiczenia prawidłowego połykania.

Ćwiczenia warg:

- Cmokanie, parskanie, masaż warg zębami (górnymi dolnej wargi i odwrotnie).
- Wymowa samogłosek w parach: a-i, a-u, i-a, u-o ,o-i ,u-i, a-o, e-o itp.
- Wysuwanie warg w „ryjek”, cofanie w „uśmiech”.
- Wysuwanie warg w przód, następnie przesuwanie warg w prawo, w lewo.

Ćwiczenia języka:

- „Głaskanie podniebienia” czubkiem języka, jama ustna szeroko otwarta.
- Oblizywanie dolnej i górnej wargi przy ustach szeroko otwartych.
- Wysuwanie języka w przód i cofanie w głąb jamy ustnej.
- Klaskanie językiem.
- Dotykanie czubkiem języka górnych i dolnych zębów, przy maksymalnym otwarciu ust.
- Oblizywanie zębów po wewnętrznej i zewnętrznej powierzchni dziąseł pod wargami. Usta zamknięte.

Ćwiczenia usprawniające podniebienie miękkie:

- Wywołanie ziewania przy nisko opuszczonej żuchwie (potocznie szczęce dolnej).
- Płukanie gardła ciepłą wodą.
- „Chrapanie” na wdechu i wydechu.

Ćwiczenia policzków:

- Nadymanie policzków – „gruby miś”.
- Wciąganie policzków – „chudy zajączek”.
- Naprzemiennie „gruby miś” – „chudy zajączek”.
- Nabieranie powietrza w usta, przesuwanie powietrza z jednego policzka do drugiego na zmianę.

Dołączam jeszcze link do ćwiczeń grafomotorycznych, które wpływają pozytywnie na naukę pisania <https://www.mjakmama24.pl/edukacja/edukacja-wczesnoszkolna/cwiczenia-grafomotoryczne-dla-dzieci-labirynty-dla-dzieci-do-wydruku-aa-x77P-3hVi-uXYk.html>)

Przedstawione ćwiczenia są propozycją, nie musicie Państwo wykonywać ich wszystkich jednego dnia.

Życzę udanej zabawy!