

Logopedia: porady dla rodziców

Drogi Rodzicu!

Ćwiczenia, które usprawniają narządy mowy można prowadzić w formie zabawy. Dziecko ma naturalną skłonność do tego, aby ulubioną czynność czy zabawę powtarzać wiele razy. Jeśli ćwiczenia motoryki narządów mowy potraktujemy jak śmieszna zabawę – będzie to dla dziecka ogromna przyjemność. Zadaniem dorosłego jest pokazanie samemu ćwiczenia i zachęcanie dziecka do współpracy. Trzeba również chwalić dziecko za podejmowany wysiłek, nawet gdyby efekty nie były najlepsze. Ważne jest, aby dorosły wykonywał ćwiczenia precyzyjnie i tej dokładności konsekwentnie uczył swoje dziecko.

Lepiej ćwiczyć krótko, ale kilka razy dziennie: 3 – 5 minut, a nawet do 10 minut (dzieci starsze). Trzeba wybierać kilka ćwiczeń i starać się je wykonać dokładnie.

Do „gimnastyki buzi i języka” dobrze jest wykorzystywać każdą okazję: np. podczas jazdy samochodem, na spacerze itp.

Czas trwania ćwiczeń i liczbę powtórzeń należy dostosować do indywidualnych możliwości dziecka i dyspozycji dnia.

Wykorzystujemy naturalne okazje, aby pogimnastykować aparat mowy.

- Przy porannym i wieczornym myciu zębów myjmy też język – wykonaj 10 „kółeczek” w lewo i w prawo po wyciągniętym i szeroko rozłożonym języku. Spróbuj miękką szczoteczką „wyciągać” język od spodu – ruchem ku górze.
- Policz ząbki – przy mocno otwartej buzi czubek języka ma dotknąć każdy ząb osobno – „przywitać się z każdym”.
- Język to ołówek – narysuj kółeczka (czubkiem języka po czerwieni wargowej), narysuj kreseczki (od jednego do drugiego kącika warg, poziomo), narysuj kropki na suficie (lekko dotykaj czubkiem języka podniebienie).
- Pozwól dziecku wylizać talerz – wyciągając mocno i szeroko cały język – to mało eleganckie, ale ćwiczymy w ten sposób środkową część języka.
- Lizanie lizaka – świetne ćwiczenie, jeśli liżąc go, dziecko unosi czubek języka ku górze.
- Posmaruj maluchowi wargi miodem lub kremem czekoladowym, poproś, aby zlizał je dokładnie – jak – kotek – pracując mocno językiem.
- Chuchaj na gorącą zupę, na zmarznięte ręce – pracują wargi, układając się w „kółeczko”.
- Kiedy dziecko ziewa – poproś, aby ziewnęło kilka razy, mocno w dół opuszczając żuchwę – oczywiście – zasłaniając usta.
- Buziaki, cmokanie, dmuchanie baniek mydlanych, dmuchanie słomką do kubka z wodą „gotowanie wody” – super ćwiczenia, jeśli dziecko wyciąga wargi do przodu.

- W wolnej chwili, w dowolnym dla Was czasie opowiedz dziecku bajkę logopedyczną i poćwiczcie wspólnie. Może czasem ułożycie własną historyjkę i ...przyślecie ją do mnie.

*Za górami, dolinami, siedmioma rzekami i siedmioma morzami była sobie kraina **Głoskolandii**. W krainie tej mieszka pewna miła rodzina Samogłosek – mama i tata z sześciorgiem dzieci. Chcesz wiedzieć, jak miały na imię?*

*Były to: **A, O, U, E, I, Y** - dziecko powtarza za rodzicem imiona dzieci, wyraźnie artykułując poszczególne samogłoski. Wszystkie Samogłoski uwielbiały zabawy, ale każda z nich miała swoją szczególnie ulubioną.*

☞ **„A”** - najbardziej lubiła skakać (czubek języka dotyka zębów górnych i dolnych przy szeroko otwartej buzi).

☞ **„O”** – huśtać na huśtawce (czubkiem języka dotykamy ostatniego zęba u góry z jednej i drugiej strony, buzia szeroko otwarta).

☞ **„U”** – jeździć konno (kląskamy).

☞ **„E”** – puszczać bańki mydlane (nabieramy dużo powietrza w policzki i wypuszczamy).

☞ **„I”** – obserwować gwizdy nocą (czubkiem języka dotykamy podniebienia w różnych miejscach przy szeroko otwartej buzi).

☞ **„Y”** - natomiast lubiło zabawę w chowanego)wypychamy językiem policzki na zmianę).

Samogłoski mieszkały w domku pod lasem i często chodziły tam na wędrowniki. Kiedy dzieci długo nie wracały, rodzice wołali je głośno, a one odpowiadały im cicho (wymawiamy kolejno samogłoski raz głośno, raz cicho). Zawsze jednak zdążyły wrócić na kolację i z wielkim apetytem ją zjadały (mlaskamy). Kiedy nastawał wieczór, zmęczone ziewały (naśladujemy ziewanie) i szybko zmykały do swoich łóżek. Po chwili słychać już tylko było, jak smacznie śpią

*(powtarzamy – **AAA-psi, OOO-psi, UUU-psi, EEE-psi, III-psi, YYY-psi**).*