

# **ABY MOJE DZIECKO ŁADNIE MÓWIŁO**

## **- propozycje ćwiczeń usprawniających aparat artykulacyjny oraz percepcję słuchową.**

Każdy rodzic chce, by jego dziecko ładnie mówiło. W związku z tym należy dbać o to, jakim językiem posługujemy się mówiąc do naszych pociech na co dzień. Warto również czytać maluchom każdego dnia, dzięki temu wzbogaca się ich słownictwo, kształtuje wyobraźnia. Ponadto można wykonywać z dzieckiem ćwiczenia, które przyczynią się do usprawniania aparatu artykulacyjnego oraz umiejętności słuchowych niezbędnych do poprawnej wymowy głosek.

Oto propozycje ćwiczeń, jakie każdy rodzic może wykonywać ze swoją pociechą w domu już od najmłodszych lat.

### **ĆWICZENIA APARATU ARTYKULACYJNEGO:**

#### **Ćwiczenia języka:**

- Unoszenie języka do górnych zębów i opuszczanie go do dolnych zębów,
- Kierowanie wysuniętego języka do prawego i lewego kącika ust,
- Dotykanie czubkiem języka każdego zęba dolnej i górnej szczęki,
- Przesuwanie czubkiem języka po zewnętrznej powierzchni zębów,
- Oblizywanie warg podczas coraz szerszego ich otwierania,
- Odklejanie czubkiem języka kawałka andruta lub wigilijnego opłatka przyklejonego na wałku dziąsłowym za górnymi zębami,
- Nakładamy na czubek języka płatek śniadaniowy (kóleczek zbożowy, muszelkę) i unosimy do podniebienia. Trzymamy kilka sekund i zjadamy.
- Naśladowanie konika stukając czubkiem języka o podniebienie, wydając przy tym charakterystyczny odgłos kłaskania,
- Unoszenie szerokiego języka do wałka dziąsłowego za górnymi zębami i opuszczanie go do dolnych zębów przy szeroko otwartych ustach,
- Malowanie językiem podniebienia, zaczynając od zębów w stronę gardła.

### **Ćwiczenia warg:**

- Przesadnie wyraźne wymawianie samogłosek *u – i*,
- Wymawianie samogłosek *a – o* przy szeroko otwartych ustach,
- Naprzemienne zagryzanie górnej i dolnej wargi,
- Wysuwanie i spłaszczanie złączonych warg (układanie warg na kształt uśmiechu i „ryjka”),
- Cmokanie,
- Gwizdanie,
- Przesuwanie ściągniętych warg na prawo – na lewo,
- Parskanie wargami (jak konik),
- Naśladowanie poprzez wibrację warg warkotu motoru, helikoptera, itp.
- Przerzucanie powietrza z jednego policzka do drugiego,
- Nadymanie policzków i powolne wypuszczanie powietrza,
- Wciąganie wargami cukierka zawiązanego na nitce.

### **Ćwiczenia podniebienia miękkiego:**

- Ziewanie przy nisko opuszczonej żuchwie,
- Chrapanie na wdechu i na wydechu,
- Kaszel z językiem wsuniętym między zęby,
- Chrząkanie,
- Wciąganie powietrza przez słomkę i jednoczesne przysysanie drobnych kawałków papieru oraz przenoszenie ich na inne miejsce,
- Silne, powolne przełykanie śliny,
- Głośne, energiczne i rytmiczne wymawianie samogłosek ,
- Wyrazista i energiczna wymowa zestawów sylabowych, w skład których wchodzi głoski *k, g*, np. *uku, ugu, oko, ogo, ukku, uggu, okko, oggo*.

### **ĆWICZENIA ODDECHOWE:**

- Dmuchanie na piórko, piłeczkę ping-pongową, waciki, kawałki papieru (można dmuchać po gładkiej i po chropowatej powierzchni np. po papierze ściernym),
- Dmuchanie na wstążki zawiązane na patyku, na waciki czy kokardki przywiązane do sznurka, itp.

- Chuchanie na „zmarznięte ręce” oraz „gorącą zupę”,
- Wąchanie kwiatków, napojów,
- Dmuchanie na wiatraczek,
- Dmuchanie na zapaloną świeczkę tak, aby płomień nie zgasł, tylko wygiął się,
- Nadmuchiwanie baloników,
- Gwizdanie,
- Puszczanie baniek mydlanych,
- Dmuchanie do naczynia z wodą przez rurkę,
- Przedmuchiwanie kropelki wody po stole,
- Gra na grzebieniu owiniętym bibułą.

## ĆWICZENIA SŁUCHOWE

- „ Co słyszę?” – dzieci siedzą z zamkniętymi oczami i nasłuchują, rozpoznają odgłosy dochodzące z sąsiedztwa, ulicy.
- „Zgadnij, co wydało dźwięk?”
  - Uderzanie łyżeczką w szkło, metal, kamień, drewno itp.
  - Toczenie różnych przedmiotów po podłodze, np. piłki, kasztana, kamienia,
  - Rozpoznawanie różnych przedmiotów w zamkniętym pudełku – groch, kamyki, gwoździe, cukier, kasza itp.
  - Uderzanie o siebie klockami, łyżeczkami, garnuszkami,
- Szukanie ukrytego zegarka, radia, dzwoniącego budzika.
- Rozróżnianie i naśladowanie głosów zwierząt: kota, psa, krowy, kury, koguta, kaczki, gęsi itp.
- Rozróżnianie odgłosów pojazdów: samochodu, pociągu, motoru, traktora itp.
- Rozpoznawanie po dźwięku różnych urządzeń domowych, np. odkurzacz, mikser, suszarka, pralka itp.
- Wyklaskiwanie rytmu piosenki,
- Powtarzanie rytmu wystukanego ołówkiem na stoliku,
- Wyróżnianie wyrazów w zdaniu (stawiamy tyle klocków, rysujemy tyle kółeczek, klaszczemy tyle razy, ile słów słyszy dziecko w wypowiedzianym zdaniu),

- Wydzielanie sylab w wyrazach poprzez wyklaskiwanie sylab,
- Wydzielanie głoski nagłosowej czy wygłosowej słów.
- Stwierdzanie obecności rymów, odnajdywanie rymów,
- Czytanie dziecku bajek, wierszyków,
- Zapamiętywanie sekwencji wypowiedzianych samogłosek (np. U – A – I, E – O – U), sylab (np, LA – ME, KO – WI – BA), słów (np, układamy przed dzieckiem kilkanaście obrazków, następnie wymieniamy dwa z nich, zadaniem dziecka jest ułożenie obrazków wymienionych przez rodzica zgodnie z kolejnością przez niego podaną, stopniowo zwiększamy ilość wymienianych obrazków).

*Opracowała Iwona Majka*

**BIBLIOGRAFIA:**

Cieszyńska J., 2003, Metody wywoływania głosek. Kraków.

Michalak – Widera I., Węsierska K., 2009, Będę wielkim mówcą. Poziom I – Zabawy buzi i języka dla każdego smyka. Katowice.

Morkowska E., Żmuda – Trzebiatowska K., 2011, Język hop do góry! Ćwiczenia logopedyczne dla dzieci, Warszawa.

Szłapa K., 2010, Cmokaj, dmuchaj, parskaj, chuchaj. Ćwiczenia oddechowe i artykulacyjne dla najmłodszych. Gdańsk.