

PRZYKŁADOWY ZESTAW ĆWICZEŃ LOGOPEDYCZNYCH



Ćwiczenia słuchowe

Są one bardzo ważną grupą ćwiczeń logopedycznych. Stymulują funkcje słuchowe przyczyniając się do rozwoju mowy dziecka.

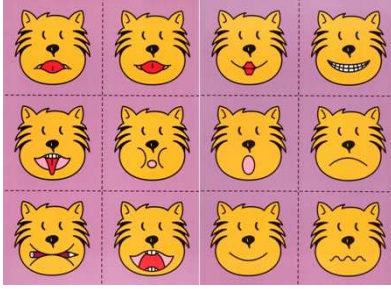
- ✓ „Co słyszysz?” – dzieci siedzą z zamkniętymi oczami i nasłuchują, rozpoznają odgłosy dochodzące z sąsiedztwa, ulicy.
- ✓ Rozpoznawanie różnych przedmiotów w zamkniętym pudełku po wydawanym odgłosie – groch, kamyki, gwoździe, cukier, kasza itp.
- ✓ Szukanie ukrytego zegarka, radia, dzwoniącego budzika.
- ✓ 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.
- ✓ Wyróżnianie wyrazów w zdaniu (stawiamy tyle klocków, rysujemy tyle kółeczek, klaszczemy tyle razy ile słów słyszy dziecko w wypowiedzianym zdaniu).
- ✓ Dzielenie na sylaby imion dzieci (na początku łatwych).
- ✓ Wyszukiwanie imion dwu- i trzysylabowych.
- ✓ Wyszukiwanie słów z podaną sylabą.
- ✓ Rozróżnianie mowy prawidłowej od nieprawidłowej np. sofa czy szafa ?



Ćwiczenia oddechowe:

Ćwiczenia oddechowe poprawiają wydolność oddechową. Sprzyjają wydłużaniu fazy wydechowej. Poprawiają jakość mowy. Prowadzone są najczęściej w formie zabawy.

- ✓ Dmuchanie na płomień świecy, na piłeczkę pingpongową.
- ✓ Dmuchanie na kulkę z waty, na wiatraczek.
- ✓ Dmuchanie ciągłym strumieniem.
- ✓ Chuchanie na rękę.
- ✓ Nadmuchiwanie balonika.
- ✓ Naśladowanie syreny – „eu-eu- eu”, „au-au-au” – na jednym wydechu.
- ✓ Dmuchanie na piórko.
- ✓ Powtarzanie zdań szeptem.



Ćwiczenia motoryki narządów artykulacyjnych

U większości dzieci występuje obniżona sprawność narządów artykulacyjnych (języka, warg, policzków, podniebienia miękkiego). Konieczne są w tych wypadkach ćwiczenia motoryki narządów mowy .

Ćwiczenia warg:

- ✓ Oddalanie od siebie kącików ust – wymawianie „iii”.
- ✓ Zbliżanie do siebie kącików ust – wymawianie „uuu”
- ✓ Naprzemienne wymawianie „i – u”.
- ✓ 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.
- ✓ Wysuwanie warg w przód, następnie krążenie wysuniętymi wargami.

Ćwiczenia języka:

- ✓ „Malowanie podniebienia” czubkiem języka, jama ustna szeroko otwarta.
- ✓ Dotykanie językiem do nosa, do brody, w stronę ucha lewego i prawego.
- ✓ Oblizywanie dolnej i górnej wargi przy ustach szeroko otwartych / krążenie językiem/.
- ✓ Wysuwanie języka w przód i cofanie w głąb jamy ustnej.
- ✓ Kląskanie językiem.
- ✓ Dotykanie czubkiem języka na zmianę do górnych i dolnych zębów, przy maksymalnym otwarciu ust (żuchwa opuszczona).
- ✓ Język lekko wysunięty opiera się na wardze dolnej i przyjmuje na przemian kształt „łopaty” i „strzałki”.
- ✓ Ruchy koliste języka w prawo i w lewo na zewnątrz jamy ustnej.
- ✓ Oblizywanie zębów po wewnętrznej i zewnętrznej powierzchni dziąseł pod wargami. Usta zamknięte.

Ćwiczenia policzków:

- ✓ Nadymanie policzków.
- ✓ Wciąganie policzków.
- ✓ Nabieranie powietrza w usta i zatrzymanie w jamie ustnej, krążenie tym powietrzem, powolne wypuszczanie powietrza.
- ✓ Nabieranie powietrza w usta, przesuwanie powietrza z jednego policzka do drugiego na zmianę.



Zabawy logopedyczne

„Dzień dobry misiu”

Dzisiaj twój język będzie małym misiem, a buzia jego domkiem. Miś obudził się wczesnie rano – poprzeciągał się, poziewał (szerokie ziewnięcie). Zrobił poranną gimnastykę – kilka podskoków (unoszenie języka na górny wałek dziąsłowy), kilka wymachów rąk (wypychanie językiem policzków) i pięć okrążeń (w prawo i w lewo) wokół stołu (ruchy okrężne języka w przedsionku jamy ustnej, usta zamknięte). Umył ząbki (oblizywanie czubkiem języka górnych i dolnych zębów po wewnętrznej stronie przy zamkniętych i otwartych ustach). Postanowił policzyć swoje ząbki (dotyknięcie czubkiem języka każdego zęba na dole i górze). Nagle poczuł wielki głód i usłyszał jak mu burczy w brzuchu (wibrowanie wargami bbb,bbb). To znak, że pora na śniadanie i pyszny miodek (oblizywanie warg).

„Języczek Wędrowniczek”

Języczek wybrał się na spacer po buzi, by sprawdzić, co się w niej dzieje. Popatrzył w prawo, w lewo (język dotyka prawego następnie lewego kącika ust). Potem oblizwał górną wargę, dolną wargę (język oblizuje wargi). Zaciekały go zęby, próbował dotknąć każdego policzka (czubek języka dotyka po kolei zębów górnych, potem dolnych). Z trudem wychodziło mu to, gdy był gruby, ale gdy ułożył z niego szpic wszystkie zęby zostały policzone. Następnie języczek uniósł się do góry i przesunął wzdłuż podniebienia od górnych zębów aż do gardła, by sprawdzić, czy jest zdrowe. Gdy wszystko zostało sprawdzone języczek wrócił do przodu ust i pokiwał nam na pożegnanie (język kilkakrotnie przesunął się od jednego do drugiego kącika warg, buzia uśmiechnęta).

Milej zabawy ☺

