



DRODZY RODZICE I UCZNIOWIE !!!!

**ZAPRASZAMY DO NASZEGO KĄCIKA LOGOPEDYCZNEGO
ZNAJDZIECIE TU PROPOZYCJE ĆWICZEŃ, ZABAW I WIERSZYKÓW
USPRAWNIAJĄCYCH I WSPOMAGAJĄCYCH WYMOWĘ,
KTÓRE MOŻECIE WYKONYWAĆ Z DZIECKIEM W DOMU.
NASZ KĄCIK BĘDZIEMY RÓWNIEŻ UZUPEŁNIAĆ INFORMACJAMI
Z DZIEDZINY LOGOPEDII.**

Profilaktyka logopedyczna - jak stymulować i rozwijać mowę dziecka.

Prawidłowy rozwój mowy dziecka wpływa na globalny rozwój jego osobowości. Dziecko poznaje otaczający świat dzięki rozumieniu mowy, a umiejętność mówienia pozwala mu wyrazić swoje spostrzeżenia, uczucia, pragnienia, emocje. Rozwój mowy dziecka przyspieszają częste kontakty słowne z otoczeniem. Zaniedbania w tym względzie mogą spowodować opóźnienie mowy lub jej zaburzenia. Rodzice mogą zapewnić dziecku optymalne warunki dla prawidłowego rozwoju mowy już od momentu jego narodzin. Są bowiem osobami przebywającymi z dzieckiem najdłużej, mają więc największe możliwości wpływania na jego rozwój. Stanowią również wzór, który dziecko będzie próbowało naśladować.

WSKAZÓWKI LOGOPEDYCZNE DLA RODZICÓW

Istotnym elementem profilaktyki wad wymowy jest świadomość Rodziców i najbliższego otoczenia dziecka. Poniżej prezentuję tzw. *przykazania logopedyczne*:

- 1. ZWRÓĆ UWAGĘ NA SPOSÓB ODDYCHANIA DZIECKA.** Wdech i wydech przy spoczynku lub milczeniu powinien się odbywać przez nos. Jeśli przy oddychaniu dziecko ma otwartą buzię, powinno Cię to zaniepokoić.
- 2. BY DOBRZE MÓWIĆ, TRZEBA DOBRZE SŁYSZEĆ.** Jeśli musisz powtarzać polecenie lub prośby kierowane do dziecka, sprawdź Jego słuch.
- 3. MÓWIĄC DO DZIECKA, NIE SPIESZCZAJ FORM WYRAZÓW.** Tylko właściwa wymowa i zachowanie poprawnych form gramatycznych dadzą pożądany efekt w postaci prawidłowej wymowy.
- 4. ZWRÓĆ UWAGĘ NA BUDOWĘ JĘZYKA, WARG, POLICZKÓW, PODNIEBIENIA (miękkiego i twardego) oraz JĘZYK.** Jeśli masz wątpliwości co do ich wyglądu, ułożenia, wielkości czy ruchliwości, udaj się do specjalisty po konsultację.
- 5. UCZ DZIECKO GRYZIENIA** od momentu, gdy tylko zaczniesz podawać pokarmy stałe. Gryzienie marchewki, jabłka, skórki od chleba wpływa na prawidłowe potykanie pokarmów, ułożenie zębów i żuchwy oraz prawidłowe ruchy języka.
- 6. CODZIENNIE CZYTAJ DZIECKU NA GŁOS,** przynajmniej 20 minut, dziecko poprawia swoją wymowę, doskonali ją, starając się naśladować to, co słyszy od otoczenia. Dzięki głośnemu czytaniu dorosłego dziecko także wzbogaca swoje słownictwo, ćwiczy pamięć werbalną, zdolność koncentracji uwagi, umiejętność budowania zdań.

7. PODCZAS CZYTANIA NIECH TWOJE DZIECKO OPOWIADA treść ilustracji, naśladuje różne odgłosy (np. szum wiatru, pukanie, odgłosy zwierząt). Wyrazy dźwiękonaśladowcze są doskonałym ćwiczeniem usprawniającym narządy artykulacyjne, przygotowują dziecko do wymowy kolejnych głosek.

8. ZACHĘCAJ DZIECKO DO NAUKI WIERSZY NA PAMIĘĆ ORAZ RYMOWANEK. Jest to doskonała forma ćwiczeń utrwalających wyrazistą wymowę. Rytm i koordynacja mają ogromne znaczenie dla rozwoju, płynnej zrozumiałej mowy.

9. WPROWADŹ DO ZABAWY GIMNASTYKĘ BUZI I JĘZYKA. Ćwiczenia logopedyczne nie muszą być nudne! Niech to będzie zabawa dla Ciebie i dziecka. Dodatkowo będzie to czas, jaki spędzicie razem i to już jest sukces. O tym, jak prowadzić tę gimnastykę, porozmawiaj z logopedą dziecka. On udzieli Ci fachowych wskazówek.

10. ĆWICZENIA WYKONUJcie SYSTEMATYCZNIE. Tylko wtedy przyniosą one oczekiwany efekt. Ćwiczyć można zawsze i wszędzie, nie musi się to odbywać w wyznaczonym, ustalonym czasie. Jest to nawet niewskazane, gdyż dziecko nie powinno traktować takich ćwiczeń jak obowiązku.

11. STARAJ SIĘ BY ROZMOWA BYŁA PRZYJEMNOŚCIĄ. Unikaj nieustannego poprawiania wymowy dziecka. Dziecko ciągle upominane wycofuje się z kontaktów słownych.

12. OGRANICZ OGLĄDANIE TELEWIZJI. Przekaz telewizyjny jest mało zrozumiały dla dziecka, zaburza myślenie logiczne oraz może być przyczyną dysleksji. Jeśli już staraj się wybierać wartościowe programy. Bądź zawsze zorientowanym, co dziecko ogląda. Nie zostawiaj włączonego telewizora, jeżeli nikt go nie ogląda.

13. DBAJ O MOCNĄ WIĘŹ EMOCJONALNĄ. Głaskaj, przytulaj, chwal dziecko. Zachęca to do kontaktów werbalnych.

14. DBAJ O PRAWIDŁOWY ROZWÓJ RUCHOWY. Zachęcaj do biegania, wspinania się po drabinkach, jazdy na hulajnodze, rowerze, rolkach. Usprawniaj motorykę palców, poprzez wydzieranie, naklejanie, lepienie z plasteliny, malowania, rysowanie.

15. STARAJ SIĘ BY ZABURZENIE MOWY ZOSTAŁO USUNIĘTE PRZED PODJĘCIEM NAUKI SZKOLNEJ. Uchroni to dziecko przed otrzymywaniem niższych ocen, wyśmiewaniem przez rówieśników-stresem.

Ćwiczenia logopedyczne dla małych i dużych

„Rozgrzewka buzi i języka”

ĆWICZENIA USPRAWNIAJĄCE WARGI

- Układanie warg w „ryjeczek” i cofanie do szerokiego uśmiechu (na przemian, 6x);
- „Cmokanie” i „gwizdanie” na przemienne.
- „Kolorowe słomki” - przenoszenie przy użyciu rurki skrawków papieru, układanie z drobnych elementów obrazka.
- „Bąbelkowy kubek wody” - dmuchanie przez rurkę do kubeczka z niewielką ilością wody (z różnym natężeniem)
- „Pociąg samogłosek” – wymawianie (kilkakrotnie) samogłosek w połączonych ciągach np. aou, aou, aou lub eoi, eoi, eoi, i-u, i-u, i-u, e-o, e-o, e-o.
- Zagryzanie raz dolnej, raz górnej wargi.

ĆWICZENIA USPRAWNIAJĄCE JĘZYK

- Wysuwanie języka z jamy ustnej i kierowanie go w stronę różnych kierunkach w prawo, lewo, do góry, w dół).
- Dotykanie czubkiem języka każdego zęba na górze –buzia otwarta szeroko (np. język wita się z każdym zębkiem).
- Przesuwanie czubkiem języka po zewnętrznej powierzchni zębów.
- Przesuwanie czubkiem języka po wewnętrznej powierzchni zębów.
- Unoszenie czubka języka do wałka dziąsłowego (język żołnierzem-na baczność język unosi się wysoko-buzia szeroko otwarta, spoczniej-zamykamy buzię).
- Rysowanie czubkiem języka kótek, słoneczka, kropel deszczu itp. na podniebieniu (suficie)
- Kląskanie – przyklejanie do podniebienia całego języka i głośne jego odklejanie.
- Piłeczka w buzi – wypychanie językiem policzków od środka.

ĆWICZENIA ODDECHOWE

- „Wyścig śniegowych kulek” - dmuchanie przez słomkę na kulki z waty, papieru.
- „Spacer po łące”- podchodzenie do kwiatów i wężanie ich-długi wdech nosem – wypuszczanie powietrza przez usta (mogą być wycięte kwiatki z kolorowego papieru).
- „Odgłosy pociągu”- pociąg stoi gotowy do odjazdu, lokomotywa sapie - pf, pf, pf, pociąg powoli rusza i jedzie coraz szybciej - cz, cz, cz.
- Zdmuchiwanie listków, piórek itp. z dłoni: wdech nosem-energiczne zdmuchiwanie.
- Wdech nosem głęboki , następnie wymawianie na jednym wydechu samogłosek (zabawa kto dłużej wypowie samogłoski na wydechu): wdech-uuuuuuuuuuuuu, wdech: eeeeeeeeeeeee, ooooooooooooooooo.

ĆWICZENIA USPRAWNIAJĄCE PODNIEBIENIE MIĘKKIE

- „Chrapanie”-na wdechu i wydechu.
- „Ziewanie”.

ĆWICZENIA POLICZKÓW:

- „Rybka”- wciąganie policzków.
- „Gruba żabka”- nadymanie policzków.
- Naprzemiennie „Rybka” – „Gruba żabka”.
- Nabieranie powietrza w usta, przesuwanie powietrza z jednego policzka do drugiego na zmianę.

ĆWICZENIA SŁUCHOWE

- Rozpoznawanie dźwięków wydawanych przez różne przedmioty np. odbijanie piłki, stukanie do drzwi, tykanie zegara. Powtarzanie wystukanego, wyklaskanego rytmu.
- Rozpoznawanie dźwięków wydawanych przez różne instrumenty.
- Nazywanie i naśladowanie głosów zwierząt.
- Rodzic może wybrać po kilka ćwiczeń i sam decyduje o długości ich trwania. Ważne jest, aby rozgrzewka buzi i języka była miłą zabawą.

Życzę powodzenia i wytrwałości!!!!

- Logopeda -Marzena Polak

