

ZABAWY WSPOMAGAJĄCE SPRAWNOŚĆ NARZĄDÓW ARTYKULACYJNYCH

Warunkiem prawidłowego wymawiania wszystkich głosek jest sprawne działanie narządów mowy.

Przyczyną wadliwej artykulacji wielu dźwięków mowy jest niska sprawność ruchowa narządów mowy spowodowana ich nieprawidłową budową, wadami zgryzu, złymi nawykami żywieniowymi itp.

Ćwiczenia motoryki narządów mowy mają na celu wypracowanie zręcznych i celowych ruchów żuchwy, języka, warg i podniebienia miękkiego oraz wzmocnienie policzków. Dziecko musi mieć wyczucie danego ruchu i położenia poszczególnych narządów mowy.

Ćwiczenia usprawniające narządy artykulacyjne powinny być wykonywane nie tylko przy korekcji wad wymowy, ale także przy poprawianiu wyrazistości i płynności mowy oraz w profilaktyce jej zaburzeń.

Ćwiczenia artykulacyjne powinny być wykonywane bardzo dokładnie, precyzyjnie i bez pośpiechu. Należy pamiętać aby czas trwania i liczbę powtórzeń dostosować do indywidualnych możliwości dziecka.

Wskazane jest prowadzenie tych ćwiczeń przed lustrem, aby dziecko najpierw mogło obserwować wzór prawidłowego ułożenia narządów artykulacyjnych, a później go naśladować i wykonać samodzielnie.

Ćwiczenia warg

*Minki- spróbujmy pokazać jakie robimy minki gdy jesteśmy:

- weseli- płaskie wargi rozciągnięte od ucha do ucha, uśmiech szeroki
- smutni- robimy podkówkę z warg
- obrażeni- wargi nadęte
- zdenerwowani- wargi wąskie

*Całuski- przesyłanie całusków wargi wysunięte do przodu, cmokanie

*Rybka- pokazujemy jaki pyszczek ma rybka, wysuwamy wargi do przodu i rozszerzamy na końcu

*Zły pies- naśladujemy złego psa unosimy górną wargę, pokazujemy zęby. Dzieci mogą również naśladować warczenie psa

*Gorąca zupa- pokazanie jak chłodzimy wargami zupę

*Echo -dobitne wymawianie samogłosek *a, o, e, i, u, y*

*Kotki- kotki robią pyszczek (wargi do przodu) i ruszają pyszczkiem w prawą i w lewą stronę, ziewają itp.

* Wąsy kotka- kotek porusza wąsami (między górną wargą, a nosem dziecko trzyma słomkę)

*Masaż warg- nagryzanie zębami wargi dolnej, potem górnej

*Baloniki- nabranie powietrza i zatrzymanie go w wydętych policzkach, balon pęktł- dziecko palcami uderza w policzki

*Motorek- parskanie wargami- naśladowanie odgłosu motoru, traktora

*Wzywam pomoc- wyraźne wymawianie samogłosek w parach: e-o - naśladowanie karetki pogotowia, i-u - naśladowanie policji, e-u - naśladowanie straży pożarnej

*Zjadanie prosto z talerzyka, bez pomocy rączek ciasteczek, chrupek, kawałków owoców itd

*Nakładanie górnej wargi na dolną i odwrotnie

*Naprzemienne półuśmiechy-uśmiechanie się jedną stroną ust

*Ssanie dolnej i górnej wargi

*"Przeczesywanie" górnej i dolnej wargi zębami

Ćwiczenia języka

*Kotki -kotek pije mleko -szybkie ruchy języka w przód, do góry i do tyłu, kotek oblizuje się (czubek języka okrąża szeroko otwarte wargi)

*Zmęczony piesek -dzieci naśladują pieska, który głośno oddycha i język ma mocno wysunięty na brode

*"Spróbuj jak najdalej" -kierowanie języka do nosa, do brody, w prawą i w lewą stronę

*Szczoteczka -język to szczoteczka do zębów i będziemy po kolei czyścić zęby górne od strony zewnętrznej i wewnętrznej, a następnie zęby dolne z dwóch stron

*Języczek maszeruje -język będzie maszerował jak żołnierz:

- na raz- czubek języka na dolną wargę,
- na dwa- czubek języka do prawego kącika ust,
- na trzy -czubek języka na górną wargę,
- na cztery -czubek języka do lewego kącika ust.

*Cyrkowiec - język będzie próbował wykonać różne sztuczki np:

- górkę -czubek języka oparty o dolne zęby, środek się wybrzusza,
- rurkę -przez którą można wdychać lub wydychać powietrze lub udawać, że pijemy sok,
- szpilkę -układanie wąskiego języka,
- wahadełko- przesuwaniem językiem do kącików ust w stronę prawą i lewą- język nie dotyka warg.

*Łyzeczka- unoszenie przodów i boków języka,

*Łopatka- wysuwanie płaskiego i szerokiego języka, itp.

*Koniki -czubek języka uderza o podniebienie i opada na dół. Raz konik idzie wolno, to biegnie, parska, śmieje się iha -ha.

*Śniadanko misia -miś starannie oblizuje wargi przy otwartych ustach -wargi smarujemy miodem, czekoladą, bitą śmietaną

*Żabka- dziecko ma z talerzyka zebrać płatki kukurydziane posługując się tylko czubkiem języka. Dziecko stara się wyciągnąć długi język - taki jak ma żaba

*Masażysta- czubek języka będzie masował delikatnie podniebienie (wcześniej trzeba dziecku wytłumaczyć i pokazać gdzie jest podniebienie), dotyka dziąseł na górze i dole, masuje wargi, język masuje od środka policzki (raz prawe, lewe), próbuje rysować kreseczki, kótecza

Ćwiczenia podniebienia miękkiego

*Nadmuchiwanie baloników

*Puszczanie baniek mydlanych- kto więcej puści baniek?, komu uda się zrobić największą?

*Echo- powtarzanie bez zamykania ust sylab: ka, ko, ke, ku, ak, ok, oke, uku, oko, ga, go, ge, gu, aga, ogo, ege, ugu .ak, ok, ek, ik, yk, uk

*Wywołanie ziewania przy nisko opuszczonej szczęce dolnej

*Płukanie gardła ciepłą wodą

*Chrapanie” na wdechu i wydechu

*Głębokie oddychanie przez usta przy zatkany nosie i odwrotnie

*Nabieranie powietrza nosem i zatrzymanie w jamie ustnej. Policzki nadęte. Początkowo nadymać policzki z zatkany nosem, a następnie próbować połykać powietrze

*Przenoś drobne papierki za miejsca na miejsce za pomocą wysysania powietrza przez słomkę

*Wyobraź sobie, że nagle zachwycasz się czymś lub spotkała cię bardzo miła niespodzianka i otwierasz przy tym usta ze zdumienia. Ćwicz taki naturalny odruch zachwytu, zaskoczenia jak najczęściej. W lusterku zauważ przestrzeń, która pojawia się w jamie ustnej i zobacz, jak pracuje języczek podniebienny.

Ćwiczenia żuchwy

*Wąchanie kwiatów -duży wdech nosem i wydech ustami z jednoczesnym wymawianiem głoski aa (jako zachwyty), oo (zdziwienie)

*Chwytywanie górnej wargi dolnymi zębami

*Zamykanie i otwieranie domku - szerokie otwieranie ust, jak przy wymawianiu głoski a, zęby są widoczne dzięki rozchylonym wargom

*Grzebień - wysuwanie żuchwy, zakładanie i poruszanie dolnymi zębami po górnej wardze. Cofanie żuchwy, zakładanie i poruszanie górnymi zębami po dolnej wardze i brodzie

*Krowa - naśladowanie przeżuwania

*Guma do żucia - żucie gumy lub naśladowanie

*Opuszczanie żuchwy - powoli i spokojnie opuszczajcie żuchwę, starając się jak najszerszej otworzyć buzię. Po serii powolnych ruchów, przyspieszcie je

*Ziewanie - świetne ćwiczenie na rozluźnienie stawu. Ziewnijcie kilkukrotnie

*Robienie kótek żuchwą - raz w prawo, raz w lewo

*Zamiatanie - przy otwartej buzi przesuwajcie dolną szczękę rytmicznie na boki, najpierw powoli, a potem coraz szybciej

*Małpa- ruszajcie żuchwą we wszystkich kierunkach, podobnie jak wykonują to małpy. To doskonałe ćwiczenie rozluźniające

Ćwiczenia policzków

*Gruby miś-nadymanie policzków

*Chudy zajaczek-wciąganie policzków

*Przemiennie nadymanie i wciąganie policzków

*Nabieranie powietrza, zatrzymywanie go w jamie ustnej, a następnie powolne wypuszczanie

*Nabieranie powietrza w usta, przesuwanie powietrza z jednego policzka do drugiego na zmianę

Teksty źródłowe i propozycje pomocy:

*Barbara Czarnik „Obrazkowe ćwiczenia logopedyczne dla przedszkolaków”

*Izabela Jackowska „Buzi gimnastyka w wierszykach. Ćwiczenia usprawniające motorykę narządów mowy u dzieci”

*Ewa Morkowska „Izometryczne ćwiczenia warg, języka i żuchwy”

*Iwona Michalak-Widera „Śmieszne minki dla chłopczyka i dziewczynki”

*Iwona Rutkowska- Błachowiak ”Gimnastyka buzi na wesoło”

logopeda
mgr Monika Wrzos