

## Logopedia 28.04.2020

### Ćwiczenia dla dzieci 3, 4-letnich

#### **Ćwiczenia języka:**

- pokaż jak : (kotek pije mleko, miś oblizuje się po zjedzeniu miodu, zabawę można uatrakcyjnić smarując wargi np. miodem, butelką)

Wszystkie podstawowe ruchy języka można wykonać w zabawie np.

„Języczek sprząta mieszkanie ( buzie)”

- zmiata podłogę (język przesuwamy po dolnych zębach)

-myje okna ( dotykamy językiem każdego zęba górnego)

- myje sufit (przesuwa językiem po podniebieniu)

- wyciera kurze ( językiem wypychamy od wewnątrz policzek z jednej i drugiej strony)

- sprawdza czy już czysto: patrzy w górę – język dotyka do górnej wargi; w dół –język dotyka dolnej wargi; patrzy w lewą i prawą stronę – język dotyka kącików ust)

#### **Ćwiczenia warg:**

- cmokanie ustami

- rybka (wargi wysunięte do przodu i rozszerzone na końcu)

- karetka pogotowia : e-o, e-o

- chłodzimy zupę (dmuchamy),

#### **Ćwiczenia oddechowe:**

- chuchamy na zmarzniete ręce ( chuuuu..)

- dmuchamy na gorącą herbatę ( ffffff....)

- z balonika ucieka powietrze ( sss....)

- zabawy z rurką ( dmuchanie przez rurkę do szklanki z wodą, na skrawek papieru, piórka )

#### **Usprawnianie motoryki palców rąk:**

( Dzięki tym ruchom doskonalimy precyzję ruchów artykulacyjnych języka, warg, żuchwy)

- budowanie z klocków

- rysowanie na papierze lub rozsypanej kaszy, ryżu, piasku
- lepienie z plasteliny
- nawlekanie koralików

Jeśli masz wrażenie, że Twoje dziecko mówi bardziej dziecinnie niż jego rówieśnicy, zabaw się w domowego logopedę. Słuchaj dokładnie słów swojej pociechy i wypisuj błędy wymowy, które najczęściej maluch popełnia. Jeżeli jesteś z jakiegoś powodu zaniepokojona, skonsultuj się z logopedą.

Najpierw sprawdź, czy prawidłowa jest ruchomość języka twego dziecka. Poproś, by dotknął nim do nosa albo polizał górną wargę. Jeśli nie jest w stanie tego zrobić, oznacza to, że błonka pod językiem (tzw. wędzidełko) jest zbyt krótka. Wtedy może się zdarzyć, że w przyszłości dziecko będzie miało kłopoty z prawidłowym wymawianiem głosek: sz, rz, cz, dż, l, t, d, r (przy ich wymawianiu potrzebny jest ruch języka do góry). W takich przypadkach lekarze zazwyczaj namawiają do zabiegu podcięcia wędzidełka.

- Ciarna ziaba ściezi zięby

Trzylatek ma prawo tak mówić (zamiast „czarna żaba szczyrzy zęby”), czyli zamieniać sz, ż, cz, dż na s, ź, ć, dź). Jest to normalne. Aby jednak się upewnić, poproś, by dziecko powiedziało te wyrazy pojedynczo przed lustrem. Jeśli bowiem wsuwa przy tym język między zęby, oznacza to wadę wymowy.

- Lepiej lowel niż jowej

Trzylatek zwykle nie wymawia r. Nie ma się czym martwić, jeżeli w tym wieku zamienia tę głoskę na l (może to nawet robić do sześciu lat). Jeżeli jednak zamiast r wymawia j prawdopodobnie oznacza to wadę wymowy.

- Sios i ziupa cebulowa

Taka wymowa jest niewłaściwa. Problem z s, z, c i dz trzylatek powinien mieć już za sobą.

- Ma-ma zamiast mama

Nie panikuj, jeśli dziecko zacznie się zacinać. W tym wieku mowa szybko się rozwija i maluch często stara się powiedzieć więcej, niż jest w stanie. Jąkanie rozwojowe pojawia się u 2-, 3-latków i po pewnym czasie po prostu mija.

- Dłowa małego tota

Zdarza się, że trzylatek mówi zamiast np. głowa - dłowa, a kot - tot. Oznacza to, że zamienia k na t, a g na d. Dzieje się tak dlatego, że dziecko podnosi tylko przód języka (przyczyną mogą być np. nadmiernie rozrośnięte migdałki). Jeżeli ta wada nie przejdzie sama, można ją skorygować za pomocą specjalnych ćwiczeń.

Należy pamiętać, że każde dziecko rozwija się nieco inaczej, ma swoje własne tempo i rytm tych przemian, które wynikają z możliwości jego organizmu i z warunków opiekuńczo-wychowawczych, które stwarza mu środowisko rodzinne. Dziecko kończące pierwszy rok życia powinno umieć naśladować pieska, kurkę, krówkę i świnkę. Jeśli tego nie robi i jeśli jego rozwój mowy niepokoi rodziców, to winni oni nawiązać kontakt z logopedą. Pamiętajmy, że malutkie dziecko jest bardzo podatne na pochwały. Za każdą odpowiedź na pytanie: "jak robi kurka? -koko; jak piesek? au-au; a jak świnka? -kwi-kwi", głaszczemy, chwalimy je i w ten sposób zachęcamy do coraz to nowych wypowiedzi.

Drodzy Rodzice!

Jeśli Wasze dziecko zacznie mówić, to miejcie na uwadze to, by wymawiało słowa w zrozumiały sposób dla wszystkich, a nie tylko dla tych, którzy nauczyli się już je rozumieć. Konieczny jest poprawny wzór i troska o to, by dziecko rozumiało słowa i właściwie je kojarzyło z przedmiotami, które one oznaczają. Dziecka nie można wychować tylko przy pomocy "samyh słów". Słowa kierowane do małego dziecka winny być mu bliskie i znane.

Trzeba też stworzyć atmosferę, w której dziecko podświadomie przejmie to, co chcemy mu przekazać.

### **GIMNASTYKA BUZI I JĘZYKA DLA CAŁEJ RODZINKI!**

1. „Koniki” - kląskanie przy jednoczesnym uśmiechu.
2. „Koniki” - kląskanie z ustami ułożonymi w dzióbek (jak do pocafunku).  
Pamiętajcie, by zęby przy tym ćwiczeniu były zaciśnięte, wtedy ćwiczy język, a nie żuchwa.
3. „Piłeczka” - zamknijcie usta, prowadźcie język po prawym policzku do góry i do dołu, analogicznie po lewym policzku. Następnie zróbcie trzy kółka językiem wokół ust. Pamiętajcie, żeby wargi były cały czas złączone, a język prowadzony wewnątrz jamy ustnej. Podczas tego ćwiczenia koniecznie oddychajcie nosem.
4. „Malowanie gwiazd” - czubkiem języka dotykajcie różnych miejsc na podniebieniu.
5. „Malowanie sufitu” - dotknijcie językiem do podniebienia i prowadźcie go wzdłuż podniebienia twardego do miękkiego, czyli od zębów do gardła.
6. Policzcie zęby czubkiem języka - najpierw na górze, a potem na dole.
7. „Mycie zębów” językiem od strony zewnętrznej i wewnętrznej. Przy tym ćwiczeniu możecie mieć otwarte usta.
8. „Strzałka” - wysuwajcie język po kroplę wody, układajcie język tak, żeby był bardzo ostry i cienki. UWAGA! Osoby, które wsuwają język między zęby, nie powinny wykonywać tego ćwiczenia!
9. Zaciśnijcie z całej siły wargi, a następnie próbujcie je spychać językiem z zębów.
10. Skierujcie język do nosa, do brody, do prawego ucha, do lewego ucha.  
UWAGA! Osoby, które wsuwają język między zęby, nie powinny wykonywać tego ćwiczenia!
11. Dotykajcie czubkiem języka na zmianę lewego i prawego kącika ust.
12. Przyklejcie język do podniebienia przy opuszczonej żuchwie. Następnie gwałtownie odklejcie język tak, by uzyskać odgłos kląskania.

13. Oblizujcie językiem dolną i górną wargę. UWAGA! Osoby, które wsuwają język między zęby, nie powinny wykonywać tego ćwiczenia!
14. „Rurka” – ułóżcie język w rurkę. UWAGA! Osoby, które wsuwają język między zęby, nie powinny wykonywać tego ćwiczenia!
15. Wysmarujcie podniebienie czymś smacznym (np. czekoladą), a następnie dokładnie zliźcie to czubkiem języka.
16. „Język na gumce” - język przyklejcie do podniebienia, jednocześnie opuszczając żuchwę (dolną szczękę). Nie pozwólcie, by język odkleił się od podniebienia. To ćwiczenie rozciąga wędzidełko.
17. „Woźnica” – kłaskajcie i cmokajcie na przemian.
18. „Motylek” - czubek języka oprzyjcie o górne jedyńki, natomiast boki języka spróbujcie podciągać do górnych zębów trzonowych. Jeśli Wam się uda, boki języka zaczną falować, jak skrzydła u motyla.
19. Opuście dolną szczękę i połóżcie swobodnie język na dolnej wardze. Powinien być spłaszczony i rozszerzony tak mocno, by jego boki dotykały do kącików ust.
20. „Koszyczek” - zwińcie język do środka buzi. Musi on być dosyć szeroki, by udało się utworzyć z niego rodzaj koszyczka. Możecie sobie pomóc małymi cukierkami i z języka zrobić „łyżeczkę”, która utrzyma cukierek w dole języka i nie spowoduje jego połknięcia.

## **POMYŚL, POWIEDZ, BAW SIĘ – ZABAWY LOGOPEDYCZNE**

**nie tylko dla dzieci 5-6 letnich..**

Dzieci uczestnicząc w zajęciach logopedycznych rozwijają mowę i myślenie, przygotowują się do rozpoczęcia edukacji szkolnej, uczą się poprzez zabawę, ale również czerpią wiele radości i satysfakcji. Nasi milusińscy chętnie i aktywnie biorą udział w zabawach i ćwiczeniach, ponieważ odnoszą sukces mały bądź duży i są dumne ze swoich osiągnięć. Dni wolne od pracy są doskonałym momentem do spędzania z dzieckiem czasu, do udziału w zajęciach ruchowych oraz do rozwiązywania zadań, łamigłówek i ćwiczeń

logopedycznych, dlatego też zachęcam wszystkich do zabawy.

Zaprezentowane poniżej ćwiczenia i zabawy stymulujące mowę i myślenie dzieci pozwolą rodzicom na określenie:

- poziomu rozumienia słów, zdań, poleceń,
- zasobu słownictwa,
- poziomu wiedzy na temat otaczającej nas rzeczywistości,
- umiejętności tworzenia zdań rozwiniętych poprawnych pod względem gramatycznym,
- sprawności aparatu mowy,
- rozwoju artykulacji (poprawnie wymawianych głosek),
- poziomu umiejętności syntezy i analizy wyrazów.

### 1. Rozumienie mowy

- „Dni, które miło wspominam...” - opowiedz dziecku o swoich wakacjach, przygodach, a następnie zadaj mu pytania dotyczące omawianej przez ciebie historii. Sprawdź, czy dziecko koncentruje swoją uwagę na opowiadaniu i czy wszystko zrozumiało.

- „Gdzie jest miś?” – prosimy dziecko, aby położyło misia pod stołem (na stole, obok stołu, między stołem a krzesłem, po prawej stronie krzesła, po lewej stronie krzesła).

- „Gdzie są buty?” – prosimy dziecko o położenie butów obok drzewa, między drzewami, z prawej lub lewej strony drzewa.

- „Prawda czy plotka” - określ czy te zdania są prawdziwe czy fałszywe

W czasie burzy słońce mocno grzeje.

W czasie suszy pada deszcz.

Krokusy i przebiśniegi to pierwsze wiosenne kwiaty.

Papier rozcinamy wiertarką.

Bociany odlatują do ciepłych krajów.

Wrocław to niewielkie miasteczko.

Słonie i żyrafy mieszkają w Afryce.

Trawa jest niebieska, a niebo zielone.

Proszę samodzielnie tworzyć różnorodne zdania.

### 2. Mowa ekspresywna.

- Dokończ zdania.

Zupa jest gorąca, a lody są...

Rekin pływa, a wróbel...

Samolot leci, a pociąg...

Lew jest silny i groźny, a myszka jest...

Biedronka mieszka na łące, a kret...

Tutaj mam jedną lalkę, a tam są dwie...

• Ułóż zdania z następującymi wyrazami:

lalka - leżeć - wózek np. Lalka leży w wózku.

ser - masło - kanapka - zrobić,

sowa - do - lecieć - las,

hulajnoga - burza - park - jechać,

zegar - czwarta - godzina - wskazywać,

zabawa - tato - lubić - dziecko - ogród.

• Powiedz: Co to jest czajnik? Co to są spodnie? Co to są sztucce? Kto to jest

czarodziej? Kto to jest tato?/mama

• Powiedz, co robi w domu mama? Co robi tata? Czym zajmuje się babcia? Co robi brat? itp.

• Co dzieje się na ilustracji? – omawianie ilustracji w książkach.

### 3. Sprawność aparatu mowy.

• Czy potrafisz zrobić tak? (cmokanie, mlaskanie, kląskanie głośne – ciche, chowanie warg – małpka, język stuka w sufit (w podniebienie), oblizywanie językiem warg, dzióbek z warg, język dotyka naprzemiennie górne zęby i dolne).

### 4. Artykulacja.

• „Chiński język” – powtórz po mnie sylaby:

asza – oszo, eze – eze, czo – co, sze – se, dża – dzo,

na – la – pa – ta – da, no – lo – po – to – do,

ne – le – pe – te – de, nu – lu – pu – tu – du,

dra – dla, tre – tle, tra – tda, dru - ddu.

• „Trudne słowa” - powtórz po mnie wyrazy:

Żaneta, owca, szabla, syn, cena, lala, drabina itp. Dzieci, które mają problem z głoską r nie

powinny wymawiać głoski r w nagłosie. Unikamy wyrazów: ryba, rak, rower itp.

- Trudne zdania” – powtórz po mnie zdania:

Lila lubi bawić się milutkimi lalkami.

Staś i Staszek szykują sobie smakołyki.

Zygmunt lubi bawić się samochodem.

Kotek Psotek schował się za płotek.

Szymon i Łukasz idą wąską drogą i jedzą truskawki itp.

Pamiętać należy, że 3-, 4- i 5- latki mogą mieć problemy z wymową głosek szeregu szumiącego oraz z głoską r.

- Wierszyki do powtarzania

Sonia ma skakankę, ma skakankę Anka.

Hop, hop! Podskakuje wesółka skakanka.

Żuk na plaży leży, nie boi się burzy.

Rzeka płynie, a żuk marzy: „żeby leżak mieć na plaży”.

Lecę, lecę samolotem, widzę z góry dachy, las,

miękkie chmurki a nad nimi, a tle nieba słońca blask.

Zajadała dżem dżdżownica, wreszcie pękła jej spódnica.

Zapłakała więc żałośnie: Jak na drożdżach brzuch mi rośnie!

Gwiżdżą ptaki wciąż przed deszczem, że już w dzinsach się nie mieszczą.

Nie chcę dłużej być paskudą - będę w dżungli ćwiczyć dżudo!

## 5. Słuch fonematyczny.

Zabawy dla dzieci 5-, 6- i 7-letnich.

- „Wstań - siadaj” – wstań, gdy usłyszysz sz, siadaj, gdy usłyszysz s. Wstań, gdy usłyszysz r, siadaj, gdy usłyszysz l.

- „Taki same słowa – różne słowa”. Powiedz, czy poniższe pary wyrazów są takie same, czy inne:

bucik – budzik, kury – góry, pasek – piasek, mecz – mecz, mecz – miecz, murek – murek,

nurek – murek, tacka – taczka, wąż – wąż, družka – gruszka, dęby – zęby, ząb – ząb, matka –

maska, pies – piec, kot – koc, pieści – pięści, proszki – prążki, pije – pije, leki – loki, loki –

loki, beczka – teczka, żabka – żabka, mak – rak, mak – hak, mak – mak.



- „Jakie głoski słyszysz w wyrazie?” oko, Ala, Ela, mak, mama, buty, sala, samolot, kubek...
- „Co to za wyraz?” A – l – a, o – s – a, m – a – ł – p – a, l – o – k – i, met – a, s – amolot, Wi – k – t – o – r, p – ó – ł – k – a, dy – wan, b – ałwan, z – e – g – a – r...
- „Rysowanki - zabawianki” narysuj dziecku dużo przedmiotów z głoską s, z, k, g w nagłosie np. ser, słońce, skakanka, sople, samochód, zegar, zapałki, zamek, kura, kaczką, kot, gitara, gąska, globus i poproś, aby pokolorowało tylko te, w których nazwie na początku słyszymy s.

Zachęcam Rodziców do kreatywności i aktywności, do budowania fantastycznych budowli z klocków i utrwalania ich kolorów, do rysowania patykami po piasku, ziemi, do puszczania baniek mydlanych, do częstego jeżdżenia z dzieckiem na rowerze, pływania, wymyślania zabaw ruchowych z wykorzystaniem piłki, skakanki, linki, do częstego chodzenia w domu na czworakach, do nauki wchodzenia i schodzenia ze schodów krokiem naprzemiennym, do biegania, ponieważ doskonalenie percepcji ruchowej, a w szczególności wykonywanie ruchów naprzemiennych rąk i nóg oraz ruchy palców u rąk bardzo korzystnie wpływają na rozwój ośrodków mowy i myślenia w mózgu.

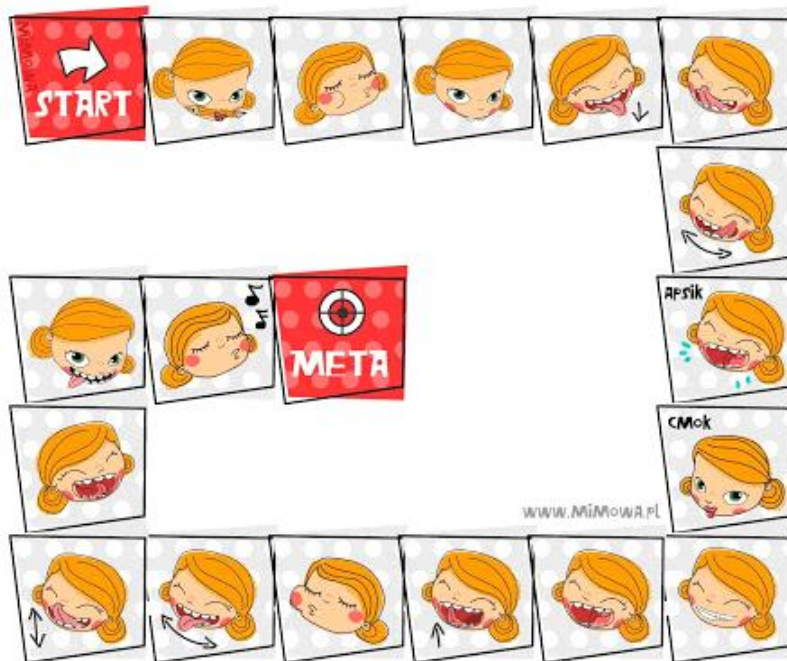
## Gimnastyka buzi i języka na planszy

Gimnastykować buzię i język można na różne sposoby. Im bardziej urozmaicone, tym ciekawsze i mniej nużące dla dzieci. Samodzielne stworzenie gry planszowej to doskonały pretekst do gimnastyki buzi i języka

Wystarczy kostka, pionki i samodzielnie zrobiona plansza. Zasady są proste – gracz przesuwa swój pionek do przodu o tyle pól, ile oczek wylosował rzucając

kostką. Następnie naśladuje minkę narysowaną tam, gdzie się zatrzymał.

Oczywiście, kto pierwszy dotrze do mety ten wygra, ale kto dotrze tam ostatni będzie miał najwięcej zabawy .



Życzę miłej i owocnej zabawy!

Logopeda