

ĆWICZENIA WSPOMAGAJĄCE PRAWIDŁOWĄ ARTYKULACJĘ

Warunkiem prawidłowego wymawiania wszystkich głosek jest m.in. odpowiednia sprawność motoryczna narządów artykulacyjnych: zuchwy, języka, warg i podniebienia miękkiego oraz prawidłowe oddychanie

ĆWICZENIA ŻUCHWY:

- opuszczanie i unoszenie żuchwy do góry;
- wykonywanie ruchów poziomych, raz z wargami rozchylonymi, raz z zamkniętymi;
- ruchy do przodu i do tyłu;
- żucie gumy lub naśladowanie żucia gumy.

ĆWICZENIA JĘZYKA:

- wysuwanie i chowanie języka;
- przesuwanie języka od kącika do kącika warg
- wysuwanie języka jak najdalej na brodę;
- oblizywanie dolnej i górnej wargi;
- unoszenie języka w kierunku nosa;
- oblizywanie ruchem okrężnym warg posmarowanych miodem lub dżemem;
- unoszenie czubka języka do górnych i dolnych zębów;
- unoszenie czubka języka do dziąseł (z artykulacją głoski „l”);
- klaskanie czubkiem i środkiem języka;
- wysuwanie języka szerokiego i wąskiego na wargi;

ĆWICZENIA WARG:

- wysuwanie i spłaszczanie warg złączonych;
- zakładanie wargi dolnej na górną i górnej na dolną;
- cmokanie;
- dmuchanie przez wargi w kształcie dzióbka;
- parskanie;
- pótuśmich (odciąganie na przemian kącików warg);
- przesadna artykulacja głosek: a-i-o-e-u-y, a-i-u, a-e-u, itp.;
- nadymanie policzków i powolne wypuszczanie powietrza nosem.
- naśladowanie ziewania.

ĆWICZENIA PODNIEBIENIA MIĘKKIEGO:

- ziewanie;
- kaszlanie z językiem wysuniętym na zewnątrz jamy ustnej;
- chrapanie na wdechu i wydechu;
- wymawianie sylab: ak, ka, ku, aka, oko, uku, ug-gu, og-go itp.;
- oddychanie: wdech przez nos, wydech przez usta.
- naśladowanie ziewania.

ĆWICZENIA ODDECHOWE – mają na celu pogłębienie oddechu, rozruszanie przepony, wydłużenie fazy wydechowej, nabycie umiejętności różnicowania fazy wydechowej i wdechowej, wyrobienie nawyku oddychania nosem, oraz synchronizację rytmu oddychania i struktury wypowiedzi. Są to:

- wdech przez nos, wydech ustami;
- unoszenie rąk w górę podczas wdechu, spokojne opuszczanie w dół przy wydechu;
- wykonywanie wdechu i zdmuchiwanie świeczki (powoli i szybko) na wydechu;
- wykonywanie wydechu wymawiając „s” z jednakową głośnością;
- wykonywanie wydechu dmuchając „s” raz ciszej, raz głośniej;
- wydmuchiwanie baniek mydlanych przez słomkę;
- zdmuchiwanie płomyka świecy przy zwiększonej stopniowo odległości;

ĆWICZENIA PIONIZUJĄCE JĘZYK:

- naśladowanie picia mleka przez kotka (szybkie krótkie ruchy języka w przód, do góry, do tyłu);
- oblizywanie końcem języka wargi dolnej, wargi górnej (wargi mogą być posmarowane czekoladą, miodem, dżemem, nutellą);
- oblizywanie końcem języka miejsc pod dolną i nad górną wargą (na całej ich długości);
- naprzemiennie oblizywanie miejsc tuż nad wargą dolną i wargą górną wzdłuż całej ich długości;
- kilkakrotne oblizywanie warg (suchych, posmarowanych) ruchem okrężnym;
- kilkakrotne oblizywanie warg (suchych, posmarowanych) miejsc wokół ust (raz w jedną stronę);
- dotykanie czubkiem języka kącików ust naprzemiennie miejsc wokół ust (raz w jedną stronę);
- szukanie końcem języka brody a następnie nosa;
- masowanie językiem brody;
- lizanie lodów trzymanyh w takiej odległości od buzi, aby zmusić język do wysuwania się do przodu.

Literatura:

Elżbieta Chmielowska, „ Zabawy logopedyczne i nie tylko”
Ewa Małgorzata Skorek, „Oblicza wad wymowy”