

Ćwiczenia buzi i języka dla każdego smyka

Poniżej zostały zamieszczone wybrane ćwiczenia logopedyczne, jakie można wykonywać wraz z dzieckiem w wolnym czasie. Ważne, żeby ćwiczenie przybrało formę zabawy – to angażuje dzieci i pobudza ich wyobraźnię. Często same wymyślają różne zabawy na podstawie poznanych ćwiczeń.

W przypadku zdiagnozowania wady wymowy logopeda dobiera ćwiczenia adekwatnie do problemu. Natomiast przedstawione zabawy logopedyczne mają na celu wydłużenie fazy wydechowej, a także usprawnienie narządów artykulacyjnych: języka, policzków, warg, żuchwy. Pomogą w prawidłowym rozwoju wymowy dziecka.

1. Ćwiczenia oddechowe

- Dmuchanie na płomień świecy – bawimy się w tańczący płomyk. Dmuchamy tak, żeby płomień się poruszał, ale nie zgasł, dopiero na koniec gasimy świeczkę mocnym podmuchem.
- Dmuchanie na wiatraczki – dmuchamy tak, żeby wiatrak kręcił się jak najdłużej. Możemy urządzić w domu zawody, mierząc, czyj wiatrak później się zatrzymał.
- Dmuchanie przez słomkę do naczynia z wodą – zabawa w gotowanie wody.
- Dmuchanie piłeczki pingpongowej – rozgrywamy mecz: dzieci siadają po przeciwnych stronach stolika i podają sobie piłeczkę poprzez dmuchanie jej.
- Nauka pływania – nic tak nie wydłuża fazy wydechowej, jak pływanie.

2. Ćwiczenia buzi i języka

- Naśladowanie konika (kłaskanie).
- Wypychanie językiem policzków przy zamkniętych na ustach (zabawa w piłkę – w buzi skacze piłka, nie wolno jej wypuścić).
- Czyszczenie językiem zębów przy otwartej buzi (język jest miotełką – robimy nią w buzi porządki).
- Unoszenie języka do podniebienia za zębami przy otwartej buzi (język stoi na baczność).
- Nadymanie policzków (robimy z policzków balon i przebijamy go).
- Posyłanie buziaków (wargi układają się w dzióbek i cmokają).
- Jedzenie słonego paluszka bez pomocy rąk.
- Picie napojów przez zakręcone słomki.

Mgr Agnieszka Nowak-Jania, logopeda