

Miejska Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna w Koszalinie

ul. Morska 43, tel.: 94 343 01 99

Red. Aleksandra Danielewicz, Małgorzata Suckiel-Bugajak

POCZYTAJCIE MAMO, TATO! 221 (wrzesień 2020)

Domowe ćwiczenia logopedyczne (1)

Terapia logopedyczna często jest długim i żmudnym procesem, a same spotkania z logopedą to za mało, by osiągnąć oczekiwany efekt. Dlatego nieodzowna jest kontynuacja pracy w domu. Zaangażowanie, stosowanie się do zaleceń oraz systematyczność działań Rodziców są kluczowym elementem terapii logopedycznej. Ważnym aspektem jest też podtrzymywanie atrakcyjności proponowanych ćwiczeń (artykulacyjnych, oddechowych, fonacyjnych), które w efekcie, pomogą dziecku lepiej i wyraźniej mówić. Oto propozycje zadań, które stosować można w domu wykorzystując każdą okazję. Tym razem spotkania w kuchni i wspólne „poczynania” kulinarne będą ku temu doskonałą okazją.

ĆWICZENIE NR 1: usprawnianie mięśnia okrężnego warg

Na talerzu rozsypujemy kilka żelków - misiów. Zadaniem dziecka jest trzymanie „misia” przed ustami i dawanie mu całusów na zmianę z uśmiechem. *Pamiętamy, że podczas całowania usta dziecka ułożone są w dzióbek, a w trakcie uśmiechu symetrycznie i mocno rozciągnięte.*

ĆWICZENIE NR 2: wzmacnianie mięśni języka, usprawnianie mięśnia okrężnego warg

Na talerzu rozsypujemy kilka żelków- misiów. Prosimy, aby dziecko otworzyło buzię, język ułożyło płasko. Na środku języka kładziemy żelka i prosimy, aby dziecko spróbowało zwinąć język w rulon/ rurkę, miseczkę (podnosimy przód i boki języka), pilnując, żeby miś nie spadł.

ĆWICZENIE NR 3: wzmacnianie mięśnia okrężnego warg

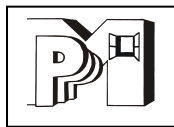
Na talerzu przygotowujemy garść paluszków, ugotowanego makaronu typu spaghetti lub żelki- węże. Zadaniem dziecka jest zjedzenie paluszków, makaronu, żelków bez przytrzymywania ręką.

ĆWICZENIE NR 4: ćwiczenie oddechowe, wzmacnianie mięśni pierścienia zwierającego gardło, wzmocnienie mięśni warg i policzków

Na talerz kładziemy płatki śniadaniowe/ chrupki. Zadaniem dziecka jest zdmuchnięcie ich przez słomkę. *Pamiętamy, że słomkę trzymają usta, a nie zęby. Słomka jest na środku warg.*

ĆWICZENIE NR 5: ćwiczenie oddechowe - dostosowanie długości wydychanego powietrza do zadania.

Przygotowujemy kulkę zrobioną z folii aluminiowej, kubek, rolkę po ręczniku papierowym. Zadaniem dziecka jest dmuchać przez rolkę na kulkę- piłkę tak, aby ta wpadła do przewróconego kubka.



Miejska Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna w Koszalinie

ul. Morska 43, tel.: 94 343 01 99

Red. Aleksandra Danielewicz, Małgorzata Suckiel-Bugajak

POCZYTAJCIE MAMO, TATO! 221 (wrzesień 2020)

Domowe ćwiczenia logopedyczne (2)

ĆWICZENIE NR 6: ćwiczenie ruchomości czubka języka (napinanie i rozluźnianie)

Przygotowujemy ulubione smarowidło (np. miód, dżem, lukier, masło orzechowe, nutella, serek) i smarujemy nim szpatułkę/ łyżeczkę. Prosimy, aby dziecko otworzyło buzię i czubkiem języka zlizowało smakołyk ze szpatułki/ łyżeczki. Innym wariantem tego ćwiczenia jest lizanie czubkiem języka dużych lizaków lub lodów.

ĆWICZENIE NR 7: usprawnianie ruchomości języka

Przygotowujemy talerz i ulubiony serek lub jogurt. Prosimy dziecko, aby językiem (ułożonym w szpic) serkiem/ jogurtem „narysowało” obrazek na talerzu. Innym wariantem tego ćwiczenia jest rozmazanie serka/ jogurtu na całej powierzchni (najlepiej białego) talerza i poproszenie dziecka, aby językiem np. narysowało jakiś kształt, albo zrobiło cienkie linie, kropki.

ĆWICZENIE NR 8: wzmacnianie mięśni pierścienia zwierającego gardło, usprawnianie mięśni warg i policzków, ćwiczenie oddechowe- wydłużanie fazy wydechowej

W kubku przygotowujemy gęsty napój (np. przecierowy sok, kisiel) i prosimy, aby dziecko dmuchało do kubka przez słomkę tworząc bąbelki w napoju.

ĆWICZENIE NR 9: usprawnianie ruchomości języka, pionizacja

Przygotowujemy ulubione smarowidło (np. miód, dżem, lukier, masło orzechowe, nutella, serek, jogurt) i smarujemy nim kąciki ust, czerwień warg, podniebienie. Zadaniem dziecka jest zlizać smakołyk. *Kontrolujemy pracę języka w lusterku, pamiętając o tym, by broda była nieruchoma.*

ĆWICZENIE NR 10: usprawnianie mięśnia okrężnego warg

Przygotowujemy długą chrupkę kukurydzianą i prosimy dziecko, aby umieściło ją pomiędzy nosem a górną wargą i spróbowało jak najdłużej utrzymać.

UDANEJ ZABAWY!

Mgr Anna Barabas - logopeda