

Szanowni Państwo,

W związku z zaistniałą sytuacją oraz brakiem możliwości prowadzenia terapii logopedycznej, zwracam się z prośbą o wykonywanie poniższych ćwiczeń. Niestety sytuacja nie pozwala na wprowadzanie nowych etapów terapii, dlatego przesyłam kilka propozycji ćwiczeń wspierających terapię właściwą.

1. Ćwiczenia zwarcia pierścienia gardłowego - ćwiczenie polega na przenoszeniu małych elementów na duży rysunek, za pomocą słomki. Tu ogranicza nas tylko wyobraźnia :) Mogą to być kwiaty na łąkę, rybki na staw, kropki na biedronkę itd

2. Ćwiczenia aparatu artykulacyjnego "dla każdego":

- baloniki z policzków, przebijanie ich palcami
- przesuwanie balonika powietrza z jednego policzka do drugiego,
- naśladowanie dźwięków policji, karetki itp "I-O-I-O", "E-O-E-O" wymawiamy samogłoski wyraźnie poruszając ustami,
- przedłużanie głoski [u] - np. dźwięki zachwytu, "Uuuuuuu!" (wyraźny ruch warg - usta wysunięte do przodu,
- analogicznie [o] - usta zaokrąglone,
- wysyłanie buziaczków (usta wyraźnie wusunięte, w dzióbek)
- naprzemienne wysyłanie buziaczków i szeroki uśmiech (z zamkniętymi ustami)
- kłaskanie (naśladowanie jadącego konika)
- parskanie/naśladowanie motorówki
- otwieranie i zamykanie buzi z językiem "przyklejonym" do wałka dziąsłowego za górnymi siekaczami
- Ćwiczenia podniebienia miękkiego: picie napojów o różnej gęstości przez słomkę, głośny śmiech "cha, cha, cha...", ziewanie, chuchanie w "zmarznięte" ręce, sapanie jak zmęczony miś - z językiem na brodzie :) Uwaga! Dzieci w terapii sygnalizacji interdentalnej, wykonują to ćwiczenie z językiem za dolnymi siekaczami,
- liczenie zębów na górze i na dole, przy szeroko otwartej buzi język dotyka każdego zęba osobno. Staramy się pilnować, aby ruchy języka nie były kompensowane ruchami żuchwy,
- mlaskanie, udawanie że mamy w buzi cukierek,
- spiewanie "la, la, la..." z otwartą buzią, język pracuje na górze, za siekaczami,

3. Ćwiczenia oddechowe

Pamiętajmy o prawidłowym oddechu! Wyprostowana postawa, nóżki podparte. Wdech nosem, wydech ustami, ramiona nieruchomo :)

- kilka spokojnych głębokich wdechów
- zdmuchiwanie płomienia świeczki,
- tańczący płomyk, dmuchamy tak, by nie zgasić świeczki,
- mecz piłki :) jeśli macie Państwo do dyspozycji piłeczkę do pingponga, można rozegrać oddechowy mecz :)
- labirynt oddechowy z klocków, może pokonywać go piłka lub kulka z waty :)

4. Ćwiczenia lewopółkulowe

- układanie sekwencji, rytmów z kolorowych klocków, zabawek, lub cukierków :) odtwarzanie ich, znajdowanie błędów w sekwencji itp
- znajdowanie różnic na obrazkach,
- zabawy typu "co nie pasuje", "co się zmieniło" (zbiory np. zwierząt, owoców, przedmiotów z jednej kategorii, z jednym niepasującym elementem)

5. Wszelkie kolorowanki, szlaczki, uzupełnianki rysunkowe i inne Ćwiczenia grafomotoryczne.

6. Ćwiczenia małej motoryki: lepienie z plasteliny, modeliny lub masy solnej, zabawy różnymi masami plastycznymi, warto zrobić np ciecz nienewtonowska :) (połączenie wody, mąki ziemniaczanej i odrobiny oleju), zabawy różnymi elementami: nawlekanie koralików, makaronu na sznurek itp.

7. Gry planszowe, jakiegokolwiek tylko macie Państwo w domu :) można je zmodyfikować, wstawiając pola "zadaniowe" z ćwiczeniem aparatu artykulacyjnego.

8. Warto także zajrzeć na strony:

- [www.logopestka.pl](http://www.logopestka.pl) z której można bezpłatnie pobrać materiały do zabaw wspierających rozwój mowy,

- [www.printoteka.pl](http://www.printoteka.pl) z której można pobrać ciekawe materiały do ćwiczeń oddechowych, gry i układanki do wycinania.

- [www.mimowa.pl](http://www.mimowa.pl) na której dostępne są gry logopedyczne

- [www.yummy.pl](http://www.yummy.pl) szczególnie polecam korzystanie z gier w zakładkach:

-pary,

-poznawcze

-na spostrzegawczość.

Tych z Państwa którzy korzystają z portalu Instagram, zachęcam do śledzenia profilu Piotra Rubika (piotr\_rubik), który w ramach transmisji live prowadzi rytmikę dla dzieci w wieku przedszkolnym :) Najbliższe zajęcia w poniedziałek 23.03.2020r. o godzinie 10 :)

Pozdrawiam i życzę miłej zabawy,  
Olga Kotwicka  
Logopeda