Szanowny Rodzicu!

W związku z sytuacją zagrożenia epidemicznego w naszym kraju i zarządzeniu dotyczącemu zdalnego nauczania Państwa dzieci, zwracam się do Państwa o pomoc w opanowaniu umiejętności prawidłowej wymowy dzieci uczęszczających na terapię logopedyczną i proszę o ćwiczenia z dzieckiem w domu.

Poniżej przedstawię kilka ćwiczeń logopedycznych. Zdaję sobie sprawę z tego w jak trudnej znaleźliście się Państwo sytuacji, ale prosiłabym o znalezienie chociaż 10 minut każdego dnia na ćwiczenia. Wybierzcie stałą porę, aby ćwiczenia były stałym rytuałem dnia. Niech będzie to forma zabawy, aby dziecko było zainteresowane. Proszę, bądźcie Państwo cierpliwi, gdy coś nie wychodzi, nie zniechęcajcie się, a razem będziemy cieszyć się z sukcesu Państwa dziecka. Proszę dostosować ćwiczenia do poziomu i potrzeby Waszego dziecka. Dzieci, które nosiły zeszyty mają ćwiczenia zanotowane w zeszytach.

Jeśli będziecie Państwo mieli jakiekolwiek pytania, problemy lub potrzebę wyjaśnienia pewnych kwestii lub choćby chęci porozmawiania, to ja chętnie udzielę Państwu dodatkowych informacji i odpowiem na pytania, podzielę się też różnymi kartami pracy i dodatkowymi ćwiczeniami. Jeżeli są Państwo zainteresowani proszę pisać na e-mail: [anialisa@tlen.pl](mailto:anialisa@tlen.pl). Proszę pisać co Państwo potrzebujecie, jeśli chcielibyście porozmawiać to jest możliwość na Skype. Proszę podać swoją Skype, a ja się z Państwem skontaktuję.

Serdecznie pozdrawiam

**Ćwiczenia logopedyczne:**

Ćwiczenia motoryki narządów artykulacyjnych – u większości dzieci z wadą wymowy występuje obniżona sprawność narządów artykulacyjnych - języka, warg, policzków, podniebienia miękkiego. Czasem przyczyną wady wymowy są nieprawidłowości w budowie anatomicznej narządów mowy. Przyczyną bywają także, szczególnie u dzieci młodszych, nieprawidłowe nawyki związane z połykaniem lub oddychaniem. Konieczne są w tych wszystkich wypadkach ćwiczenia motoryki narządów mowy oraz ćwiczenia prawidłowego połykania.

**Ćwiczenia warg:**

Cmokanie, parskanie, masaż warg zębami ( górnymi dolnej wargi i odwrotnie).

Wymowa samogłosek w parach: a-i, a-u,i-a,u-o,o-i,u-i,a-o, e-oitp.

Wysuwanie warg w „ dzióbek”, cofanie jak do „ uśmiechu”.

Wysuwanie warg w przód, następnie przesuwanie warg w prawo, w lewo.

**Ćwiczenia języka:**

„Głaskanie podniebienia” czubkiem języka, jama ustna szeroko otwarta.

Oblizywanie dolnej i górnej wargi przy ustach szeroko otwartych / krążenie językiem/.

Wysuwanie języka w przód i cofanie w głąb jamy ustnej.

Mycie sufitu w buzi.

Kląskanie językiem.

Dotykanie czubkiem języka na zmianę do górnych i dolnych zębów, przy maksymalnym otwarciu ust.

Liczenie językiem zębów górnych od wewnętrznej strony.

Język przyjmuje na przemian kształt „łopaty” i „grota”.

Oblizywanie zębów po wewnętrznej i zewnętrznej powierzchni dziąseł pod wargami. Usta zamknięte.

**Ćwiczenia usprawniające podniebienie miękkie:**

Wywołanie ziewania przy nisko opuszczonej szczęce dolnej.

Płukanie gardła ciepłą wodą.

„Chrapanie” na wdechu i wydechu.

Głębokie oddychanie przez usta przy zatkanym nosie i odwrotnie.

**Ćwiczenia policzków:**

Nadymanie policzków –„ nadmuchany balonik”.

Wciąganie policzków –„ balonik bez powietrza”.

Naprzemiennie „ nadmuchany balonik” –„ balonik bez powietrza”.

Nabieranie powietrza w usta, przesuwanie powietrza z jednego policzka do drugiego na zmianę)

**Ćwiczenia oddechowe:**

Mają na celu pogłębienie oddechu, wydłużenie fazy wydechowej, rozruszanie przepony, a także zapobieganie arytmii oddechowej.

- ćwiczenia wdechu i wydechu – przy wdechu głowa uniesiona, przy wydechu głowę opuszczamy,

-ćwiczenia poprawnego oddechu z zastosowaniem form zabawowych: dmuchanie na płomień świecy, dmuchanie na paski bibuły, dmuchanie na kulki z waty, dmuchanie na skrawki papieru,

-zdmuchiwanie papierków z gładkiej lub chropowatej powierzchni,

-dmuchanie na zawieszone na nitce krążki lub kulki waty,

- chłodzenie gorącej zupy na talerzu – dmuchanie ciągłym strumieniem,

dmuchanie wolne na świecę, żeby nie zgasła, mecz piłek pingpongowych na stoliku lub na podłodze (według wcześniej ustalonych reguł),

- śpiewanie piosenek itd.

**Ćwiczenia słuchowe:**

– stanowią bardzo ważną grupę ćwiczeń logopedycznych, ponieważ często opóźnienia czy zaburzenia rozwoju mowy pojawiają się na skutek opóźnień rozwoju słuchu fonematycznego. Stymulując funkcje słuchowe przyczyniamy się do rozwoju mowy dziecka.

Przykłady:

„Co słyszę?” – dziecko nasłuchuje i rozpoznaje odgłosy dochodzące z sąsiedztwa, ulicy, różne sprzęty, pojazdy, zwierzęta. Przykładowa strona z odgłosami: https://odgłosy.pl/

Szukanie ukrytego zegarka, radia, dzwoniącego budzika.

Dzielenie na sylaby imion dzieci, rzeczy, zwierząt.

Wyszukiwanie imion dwusylabowych i trzysylabowych.

Rozróżnianie mowy prawidłowej od nieprawidłowej.