

# ĆWICZENIA LOGOPEDYCZNE DLA DZIECI PRZEDSZKOLNYCH

## PRZYKŁADY STOSOWANYCH ĆWICZEŃ:

### \* Ćwiczenia słuchowe

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

#### *Przykłady dla dzieci młodszych:*

1. „Co słyszę?” – dzieci siedzą z zamkniętymi oczami i nasłuchują, rozpoznają odgłosy dochodzące z sąsiedztwa, ulicy.
2. „Zgadnij, co wydało dźwięk?” – uderzanie pałeczką w szkło, fajans, metal, kamień, drewno itp. Toczenie różnych przedmiotów po podłodze / np. piłki, kasztana, kamienia/, rozpoznawanie odgłosu przez dzieci.
3. Rozpoznawanie różnych przedmiotów w zamkniętym pudełku po wydawanym odgłosie – groch, kamyki, gwoździe, cukier, kasza itp.
4. Szukanie ukrytego zegarka, radia, dzwoniącego budzika.
5. Rozróżnianie i naśladowanie głosów zwierząt: kota, psa, krowy, kury, koguta, kaczki, gęsi itp.
6. Rozróżnianie odgłosów pojazdów: samochodu, pociągu, motoru, traktora itp.
7. Rozpoznawanie po dźwięku różnych urządzeń domowych, np. odkurzacz, mikser, suszarka, pralka itp.

#### *Przykłady dla dzieci starszych:*

1. Wyróżnianie wyrazów w zdaniu. ( stawiamy tyle klocków, rysujemy tyle kółeczek, klaszczemy tyle razy ile słów słyszy dziecko w wypowiedzianym zdaniu).
2. Wydzielanie sylab w wyrazach poprzez wystukiwanie sylab, wyklaskiwanie, badanie ile razy opadnie żuchwa / na ręce/ przy wybrzmiewaniu sylab.
3. Dzielenie na sylaby imion dzieci / na początku łatwych/.
4. Wyszukiwanie imion dwu- i trzysylabowych.
5. Wyszukiwanie słów z podaną sylabą.

6. Rozróżnianie mowy prawidłowej od nieprawidłowej np. safa czy szafa ?

### \* Ćwiczenia oddechowe:

Ćwiczenia oddechowe poprawiają wydolność oddechową, sprzyjają wydłużaniu fazy wydechowej, co powoduje poprawę jakości mowy. Ćwiczenia prowadzone są najczęściej w formie zabawowej, przy wykorzystaniu różnych środków, np. piórek, piłeczek, wody mydlanej, chrupek, wiatraczków itp. Są także wplatane w opowieści i zabawy ruchowe.

### Przykłady:

1. Dmuchanie na płomień świecy.
2. Dmuchanie na piłeczkę pingpongową, wyścigi piłeczek.
3. Dmuchanie na kulkę z waty, na wiatraczek.
4. Chłodzenie „ gorącej zupy” – dmuchanie ciągłym strumieniem.
5. Chuchanie na zmarznięte ręce.
6. Nadmuchiwanie balonika.
7. Naśladowanie syreny – „ eu-eu- eu”, „ au-au-au” – na jednym wydechu.
8. Dmuchanie na piórko, aby nie spadło.
9. Liczenie na jednym wydechu.
10. Powtarzanie zdań szeptem.

### \* Ćwiczenia motoryki narządów artykulacyjnych

U większości dzieci z wadą wymowy występuje obniżona sprawność narządów artykulacyjnych / języka, warg, policzków, podniebienia miękkiego/... Konieczne są w tych wypadkach ćwiczenia motoryki narządów mowy . Optymalną sytuacją byłoby, gdyby ćwiczenia prowadzone były według zaleceń logopedy.

### Ćwiczenia warg:

1. Oddalanie od siebie kącików ust – wymawianie „ iii”.
2. Zbliżanie do siebie kącików ust – wymawianie „ uuu”.
3. Naprzemienne wymawianie „ i – u”.
4. Cmokanie.
5. Parskanie / wprawianie warg w drganie/.
6. Masaż warg zębami ( górnymi dolnej wargi i odwrotnie).
7. Wymowa samogłosek w parach: a-i, a-u, i-a, u-o, o-i, u-i, a-o, e-o itp.
8. Wysuwanie warg w „ ryjek”, cofanie w „ uśmiech”.

9. Wysuwanie warg w przód, następnie przesuwanie warg w prawo, w lewo.
10. Wysuwanie warg w przód, następnie krążenie wysuniętymi wargami.

### Ćwiczenia języka:

1. „Głaskanie podniebienia” czubkiem języka, jama ustna szeroko otwarta.
2. Dotykanie językiem do nosa, do brody, w stronę ucha lewego i prawego.
3. Oblizywanie dolnej i górnej wargi przy ustach szeroko otwartych / krążenie językiem/.
4. Wysuwanie języka w przód i cofanie w głąb jamy ustnej.  
Kłaskanie językiem.
5. Dotykanie czubkiem języka na zmianę do górnych i dolnych zębów, przy maksymalnym otwarciu ust / zuchwa opuszczona/.
6. Język lekko wysunięty opiera się na wardze dolnej i przyjmuje na przemian kształt „łopaty” i „grota”.
7. Ruchy koliste języka w prawo i w lewo na zewnątrz jamy ustnej.
8. Oblizywanie zębów po wewnętrznej i zewnętrznej powierzchni dziąseł pod wargami. Usta zamknięte.

### Ćwiczenia policzków:

1. Nadymanie policzków – „gruby miś”.
2. Wciąganie policzków – „chudy zajaczek”
3. Nabieranie powietrza w usta i zatrzymanie w jamie ustnej, krążenie tym powietrzem, powolne wypuszczanie powietrza.
4. Naprzemiennie „gruby miś” – „chudy zajaczek”.
5. Nabieranie powietrza w usta, przesuwanie powietrza z jednego policzka do drugiego na zmianę.

### Przykład zabawy logopedycznej :

#### „Indianie”

Indianie wyruszają ze swojej wioski na polowanie. Żegnają się ze swoimi dziećmi ( **cmokając całujemy palce prawej ręki** ) i żonami ( **cmokając całujemy palce lewej ręki**). Wsiadają na swoje konie i jadą ( **naśladujemy językiem tętent koński, zmieniając brzmienie przez inny układ warg**) przez most ( **usta jak do „u” i kłaskanie** ), a potem przez prerię ( **usta jak do „i” i kłaskanie**).

Konie zmęczyły się ( **parskanie** ) i dają znak, że chcą pić: **ihaha, ihaha, ihaha**. Indianie zatrzymują swoje konie: **prrr... prrr ... prrr...**

Konie piją ( **ruchy języka z dołu do góry, naśladowujące picie zwierzęcia**). Nagle Indianie ujrzeni zwierzynek i strzelili z łuku. Zbliżała się noc, więc musieli rozpać ognisko. Nie mieli zapatek. Zaczęli od małej iskiej i musieli mocno dmuchać, żeby ognisko się rozpało ( **dmuchanie w złączone ręce**).

Upiekli na ogniu zwierzynek i zrobili sobie ucztę ( **mlaskanie i oblizywanie szeroko otwartych ust**).

Po jedzeniu zapalili fajkę pokoju ( **między wargi wkładamy np. słomkę i mocno trzymamy**).

Po pewnym czasie zachciało im się spać ( **ziewanie**) i zasnęli ( **chrapanie**).

Rano Indianie zwołali rozbiegane konie : **a-e-o, y-u-i** ( **przeciągamy samogłoski** ).

Wsiedli na nie i pojechali przez prerię ( **usta jak do „i”, kląskanie** ), a potem przez most ( **usta jak do „u” i kląskanie** ).

Wrócili do wioski i witają się ze swoimi dziećmi ( **cmokając całujemy palce prawej ręki** ) i żonami ( **cmokając całujemy palce lewej ręki** ).

### **„Dzień dobry misiu”**

Dzisiaj twój język będzie małym misiem, a buzia jego domkiem. Miś obudził się wcześniej rano – poprzeciągał się , poziewał ( **szerokie ziewnięcie**).

Zrobił poranną gimnastykę – kilka podskoków ( **unoszenie języka na górny wałek dziąsłowy**), kilka wymachów rąk ( **wypychanie językiem policzków**) i pięć okrążeń ( **w prawo i w lewo**) wokół stołu ( **ruchy okrężne języka w przedsionku jamy ustnej, usta zamknięte**).

Umył ząbki ( **oblizywanie czubkiem języka górnych i dolnych zębów po wewnętrznej stronie przy zamkniętych i otwartych ustach**). Postanowił policzyć swoje ząbki ( **dotykaniem czubkiem języka każdego zęba na dole i górze**).

Nagle poczuł wielki głód i usłyszał jak mu burczy w brzuchu ( **wibrowanie wargami bbb,bbb**). To znak, że pora na śniadanie i pyszny miodek ( **oblizywanie warg**).

### **Przydatna literatura :**

Chmielewska Elżbieta „Zabawy logopedyczne i nie tylko : poradnik dla n-li i rodziców” MAC 2001

Dembińska Małgorzata : „ Domowe zabawy logopedyczne” WSiP 1999

