

Propozycja dla dzieci młodszych

Usprawnianie aparatu mowy

Potrzebne będą:

- Lustro (ponieważ najlepiej wykonywać te ćwiczenia przed lustrem, żeby dziecko mogło obserwować twarz rodzica)

Ćwiczenia żuchwy:

1. Szerokie otwieranie ust (jak przy wymawianiu głoski a), zęby są widoczne;
2. Wysuwanie żuchwy, zakładanie dolnych zębów na górną wargę i poruszanie dolnymi zębami po górnej wardze. Cofanie żuchwy, zakładanie i poruszanie górnymi zębami po dolnej wardze i brodzie;
3. Naśladowanie przeżuwania;
4. Naśladowanie żucia gumy;
5. Ziewanie;
6. Robienie kółek żuchwą – raz w prawo, raz w lewo.

Ćwiczenia warg:

1. Zrobienie dzióbka z ust. Cmokanie.
2. Naprzemiennie ustawianie ust do dzióbka i rozciąganie ich w uśmiechu. Można też wymawiać na zmianę samogłoski I – U – I – U.
3. Nagryzanie dolnej wargi górnymi zębami. Delikatne masowanie nimi wargi, tworząc buzię króliczka.
4. Dmuchiwanie na brodę.
5. Przytrzymanie dolnej wargi zębami i mocne dmuchiwanie na nią tak, aby wypadła spomiędzy zębów.
6. Naśladowanie cmokania rybki.
7. Ułożenie usta w kształt dzióbka i przesuwanie go naprzemiennie raz w prawą, a raz w lewą stronę.

Ćwiczenia języka:

- „Głaskanie podniebienia” czubkiem języka, jama ustna szeroko otwarta.
- Dotykanie językiem do nosa, do brody, w stronę ucha lewego i prawego.

- Oblizywanie dolnej i górnej wargi przy ustach szeroko otwartych / krążenie językiem/.
- Wysuwanie języka w przód i cofanie w głąb jamy ustnej.
- Klaskanie językiem.
- Dotykanie czubkiem języka na zmianę do górnych i dolnych zębów, przy maksymalnym otwarciu ust / żuchwa opuszczona/.
- Rurka – wargi ściągnięte i zaokrąglone unoszą boki języka.
- Język lekko wysunięty opiera się na wardze dolnej i przyjmuje na przemian kształt „łopaty” i „grota”.
- Ruchy koliste języka w prawo i w lewo na zewnątrz jamy ustnej.
- Oblizywanie zębów po wewnętrznej i zewnętrznej powierzchni dziąseł pod wargami. Usta zamknięte.

Serdecznie pozdrawiam – Joanna Baranowska