**Drogi Rodzicu,**

jeśli czujesz niepokój związany z wymową Twojego dziecka, mam dla Ciebie propozycję ćwiczeń logopedycznych, które możecie wykonywać w domu. Są to przykładowe ćwiczenia należące do tzw. profilaktyki logopedycznej. Może z nich skorzystać każdy, kto tyko ma chęć na ich wykonanie. Pamiętajcie, aby proponowane ćwiczenia wykonywać przy względnie szeroko otwartej jamie ustnej oraz ustabilizowanej żuchwie (broda podczas ćwiczeń nie powinna przesuwać się na boki).   
Początkowo zachęcam do pracy przy lustrze, które pomoże dzieciom kontrolować prawidłowe położenie narządów mowy oraz zorientować się w jego możliwościach. Codzienne powtarzanie zadań z pewnością przyczyni się do doskonalenia wymowy   
u dzieci.

**Ćwiczenia oddechowe**Celem jest poprawa wydolności oddechowej oraz wydłużanie fazy wydechowej.

* Dmuchanie na płomień świeczki przez słomkę, tak by nie zgasł, a tylko delikatnie odchylał się na boki;
* Dmuchanie na: lekkie piłeczki, piórka, waciki, chrupki, wiatraczki;
* Robienie baniek mydlanych np. zawody „Kto zrobi największą bańkę mydlaną”;
* Unoszenie słomką lekkich przedmiotów, wacików, chrupek i utrzymywanie   
  w powietrzu przez pewien czas;
* Picie gęstych soków przez słomkę;
* Rozdmuchiwanie kolorowych farb na papierze za pomocą słomki;
* Chuchanie na zimne lusterko;

**Ćwiczenia artykulacyjne  
Język:  
Celem jest usprawnienie i wzmocnienie mięśni języka.** Przypominam   
o tym, aby unikać ćwiczeń polegających na wysuwaniu języka na zewnątrz jamy ustnej. Szczególnie istotne jest to u dzieci przejawiających międzyzębową realizację głosek. Aby uatrakcyjnić ćwiczenia proponuję wykorzystać  **historyjkę artykulacyjną „Jak język został malarzem”.** Nasz język zamienia się   
w malarza, który maluje cały swój dom. Dom malarza to nasza buzia. Na początku malarz maluje sufit:

* unosimy język i przesuwamy kilkukrotnie wzdłuż podniebienia.  
  Gdy sufit jest już pomalowany język zaczyna malować ściany:
* przesuwamy językiem z góry na dół wypychając najpierw jeden policzek,

a następnie w ten sam sposób drugi policzek.

Nasz dom jest coraz ładniejszy ale musimy jeszcze pomalować podłogę. Język maluje dolną część jamy ustnej:

* przesuwamy językiem za dolnymi zębami

**Meblujemy nowy dom**W naszym pomalowanym domu należy poustawiać meble, w tym celu język rozgląda się po mieszkaniu:

* kierowanie języka w kąciki ust: w prawo i w lewo przy szeroko otwartych ustach

Już wiemy gdzie postawimy meble, wymieniamy nazwy przedmiotów a dziecko   
w tym czasie dotyka językiem poszczególnych zębów na dole.  
Przyszedł już czas na dekorowanie domu i powieszenie lampy, do której koniecznie należy wkręcić żarówki (liczymy kolejno 1,2,3..), dziecko w tym czasie dotyka językiem poszczególnych zębów na górze.  
A teraz ostatnie porządki wycieramy kurze na dole i na górze, dziecko:

* przesuwa językiem po wewnętrznej powierzchni górnych i dolnych zębów
* wypycha policzki językiem od wewnątrz na zmianę raz z prawej, raz z lewej strony  
  Czas na przyjęcie gości. Ktoś dzwoni do drzwi.
* przykładamy palec wskazujący do policzka dziecka, które próbuje wypchnąć go językiem  
  O to pierwsi goście dziecko z zadowoleniem kląska językiem.  
  **Wargi:  
  Celem jest usprawnienie i wzmocnienie mięśnia okrężnego warg.**
* Szerokie otwieranie i zamykanie ust;
* Cmokanie;
* Naprzemiennie dzióbek – uśmiech (bez pokazywania górnych zębów);
* Szeroki uśmiech;
* Naprzemiennie mina wesoła – smutna;
* Ściąganie ust, jak przy wymawianiu samogłoski [u] a następnie spłaszczenie ust, jak przy wymawianiu samogłoski [i];
* Przesuwanie dzióbka w prawą i lewą stronę;
* Parskanie.  
    
  **Ćwiczenia fonacyjne:**

**Celem tych ćwiczeń jest kształtowanie u dziecka prawidłowej emisji głosu.** Dążymy więc do tego, aby przy jak najmniejszym obciążeniu wiązadeł głosowych uzyskać jak najpełniejsze brzmienie i jak najlepszą nośność głosu.

* wymawiamy samogłoski [a,o,e,u,i,y] kolejno: bezgłośnie, szeptem, półgłosem i głośno
* ,, Ślimak” – przesuwając palcem po narysowanym ślimaku dziecko wymawia wybrane samogłoski.  
  **Onomatopeje:**  
  **Jedzie pociąg** – fu, fu, fu  
  Trąbka trąbi – tru, tu, tu  
  A bębenek – bum, bum, bum  
  Na to żabki – kum, kum, kum…  
  Woda z kranu – kap, kap, kap  
  Konik człapie – człap, człap, człap  
  Mucha brzęczy – bzy, bzy, bzy  
  A wąż syczy – sss, sss, sss…

**Ćwiczenia słuchowe s**tanowią bardzo ważną grupę ćwiczeń logopedycznych. Często opóźnienia czy zaburzenia rozwoju mowy pojawiają się na skutek opóźnień rozwoju słuchu fonematycznego. Stymulując funkcje słuchowe przyczyniamy się do rozwoju mowy dziecka. Zestawy ćwiczeń dla dzieci w wieku od 4 do 6 roku życia znajdziecie w zakładce” Artykuły” w tekście pt. „Stymulowanie Rozwoju Percepcji Słuchowej dzieci w wieku przedszkolnym”.  
Na zakończenieproponuję zabawę, która będzie zachęcała do ćwiczeń. Na arkuszu narysujecie dowolną liczbę pól, ustalacie kierunek ruchu, miejsce startu i mety.   
Każdemu z podanych wyżej ćwiczeń należy przypisać wybrany kolor np. **ćwiczenia oddechowe -niebieski, ćwiczenia artykulacyjne -język -czerwony, wargi- żółty, ćwiczenia fonacyjne -zielony, itd.** Wybrane pola należy pokolorować. Kolor pola, na którym stanął pionek wskazuje zestaw ćwiczeń. Z danego zestawu wybieramy jedno zadanie do wykonania. W przypadku pola białego polecenia mogą być dowolne- np. wykonaj dwa przysiady, zaśpiewaj piosenkę, rozwiąż zagadkę etc. Pierwszy rzuca kostką najmłodszy gracz- przesuwa swój pionek o tyle pól, ile wyrzucił oczek.

Życzę miłej zabawy, zapraszam do kontaktu:Magdalena Rębacz