

PROFILAKTYKA LOGOPEDYCZNA

Profilaktyka logopedyczna to nie tylko rozpowszechnianie wiedzy o zaburzeniach mowy, ale także szereg działań mających na celu zapobieganie tym wadom oraz korygowanie już istniejących.

Poniżej przedstawiam państwu zestaw ćwiczeń do samodzielnego wykonywania w domu przez uczniów. Ćwiczenia są podzielone na kategorie i będą uzupełniane o nowe przykłady na kolejne dni.

W razie pytań proszę o kontakt: e-dziennik.

I ĆWICZENIA ODDECHOWE

Chociaż oddychanie jest czynnością fizjologiczną u niektórych dzieci jest ono nieprawidłowe, dlatego należy realizować odpowiednie ćwiczenia oddechowe. Celem tych ćwiczeń jest przede wszystkim nauczenie dzieci różnicowania fazy wydechowej i wdechowej, wydłużanie fazy wydechowej, kształcenie ruchów przepony i utrwalenie prawidłowego toru oddechowego.

Przykłady ćwiczeń:

- swobodny wdech przez nos i wydech ustami,
- krótki, szybki wdech natomiast wydech długi i połączony z dmuchaniem,
- unoszenie rąk bokiem do góry podczas wdechu, spokojne opuszczanie rąk przy wydechu,

II ĆWICZENIA USPRAWNIAJĄCE NARZĄDY MOWY

Niezbędnym warunkiem prawidłowego artykułowania głosek jest sprawne funkcjonowanie narządów mowy. Wyćwiczenie właściwych układów języka, warg, żuchwy i podniebienia miękkiego w znacznym stopniu przyspieszy uczenie się nowych głosek. Dzięki gimnastyce tych narządów można również zapobiegać i usuwać liczne zaburzenia mowy.

Przykłady ćwiczeń:

Ćwiczenia warg

- szerokie otwieranie ust (jak przy wymowie samogłoski a),
- szybkie zmienianie układu ust „uśmiech”-„ryjek” (zęby pozostają widoczne).

Ćwiczenia języka

- odklejanie chrupki, andruta od wałka dziąsłowego,
- „malowanie sufitu”- lizanie czubkiem języka podniebienia,
- zlizywanie z podniebienia miodu, nutelli, itp.

Ćwiczenia podniebienia miękkiego

- ziewanie,
- wdychanie powietrza nosem, wydychanie powietrza przez szeroko otwarte usta,
- oddychanie przez usta przy zaciśniętych nozdrzach.

III ZABAWY DŹWIĘKONAŚLADOWCZE/ŁAMAŃCE JĘZYKA

Zabawy dźwiękonaśladowcze wszechstronnie usprawniają funkcje mowy, gdyż w trakcie tych zabaw dzieci ćwiczą: oddychanie, sprawność i koordynację narządów mowy, artykulację, prozodię, fonację oraz słuch fonemowy. Do zabaw można wykorzystać wszelkiego typu klocki, obrazki, ilustracje, książeczki, zabawki, sylwetki zwierząt. Warto zadbać o wzajemną stymulację ośrodków ruchu i mowy, i do wyrażen dźwiękonaśladowczych dodać ruch ciała.

Przykłady ćwiczeń i zabaw:

- „Pszczoły.” Dzieci – pszczoły stoją w umówionych miejscach (ule). Na ustalony znak pszczoły wylatują z uli i latają w różne strony z głośnym brzęczeniem (zzzzz...). Na umówiony sygnał wracają do ula i brzęczą bardzo cichutko (mmm...).

- „Las”- ręce uniesione, nogi lekko rozstawione, dzieci kotyszą się i naśladują szum drzew (sz...) dostosowując ruch i dźwięk do słyszanej muzyki (szybko, wolno, delikatnie, energicznie, cicho, głośno, itd.),

- zabawy naśladujące odgłosy dowolnych zwierząt:

kot – miau, pies – hau, hau, kaczka - kwa, kwa; taś, taś, krowa – muuu, koń - , ichta cha, kląskanie, parskanie, świnka -

chrzum, chrzum; kwi, kwi, kura – kooo, kooo, kogut – kukuryku, gęś – gę, gę, indyk – gul, gul, baran – beee, koza – meee,

osa – bzz, kukułka - ku-ku, bocian – kle, kle, gołąb - gruchu, gruchu, wrona - kra, kra, wróbel – ćwir, ćwir, żaba – kum,

kum, sowa – hu, huu..., wąż - s..., itd....