ZBIÓR ĆWICZEŃ ARTYKULACYJNYCH Z RÓŻNYCH ŹRÓDEŁ

ĆWICZENIA USPRAWNIAJĄCE NARZĄDY ARTYKULACYJNE – niezbędne do prawidłowej artykulacji zaburzonych głosek

**Usprawnianie warg** :

dmuchanie baniek mydlanych wprawianie w ruch poprzez dmuchanie lekkich przedmiotów np.: ptasich piórek, kłębuszków waty, kawałeczków papieru itp.

nadmuchiwanie baloników

granie na trąbkach, gwizdkach

cmokanie parskanie

przytrzymywanie wargami kartki papieru – druga osoba stara się ją wyciągnąć.

przy cofniętych kącikach warg zamykanie i otwieranie ust

nabieranie powietrza pod górną wargę, a następnie pod dolną

ściąganie warg, a następnie rozciąganie cofając kąciki ust przesuwanie ściągniętych ust raz w prawą raz w lewą stronę

nabieranie powietrza do ust – przepychanie powietrza wewnątrz jamy ustnej nadymając raz jeden raz drugi policzek

ssanie górnej wargi, a potem dolnej

Propozycje wykorzystania tych ćwiczeń

wkładamy klucz do zamka i zamykamy kłódkę – dziecko zaciska mocno wargi

królik przesuwa pyszczek w prawo i w lewo – dziecko przesuwa ściągnięte wargi raz w prawo raz w lewo

żaba ma szeroką buzię, a bocian wąski i długi dziób – dziecko rozciąga wargi tak jak żaba a potem ściąga wargi wyciągając je jak najdalej do przodu, jak dziób bociana, który chce złapać żabę

chomik wypycha policzki jedzeniem - dziecko zaciska mocno wargi, nadymając raz jeden, raz drugi policzek

baloniki są napełnione powietrzem – dziecko zaciska wargi i nadyma mocno policzki

głodna rybka połyka robaki – dziecko otwiera i zamyka ściągnięte wargi

płuczemy ząbki – dziecko nabiera powietrza pod górną wargę, a potem pod dolną

zły pies warczy i pokazuje zęby – dziecko zamyka zęby i rozciąga wargi tak, aby było widać zęby ssiemy cukierki – dziecko ssie górną, a potem dolną wargę

**Usprawnianie ruchów dolnej szczęki** :

maksymalne opuszczanie żuchwy i podnoszenie

naśladowanie ruchów żucia przesuwanie żuchwy w lewą , a potem w prawą stronę

wysuwanie żuchwy do przodu i cofanie dotykanie dolnymi zębami górnej wargi dotykanie dolną wargą górnych zębów

Propozycje ćwiczeń

Hipopotam (krokodyl) otwiera szeroko paszczę,

pisklę otwiera szeroko dziobek , bo chce jeść – dziecko opuszcza żuchwę

krowa żuje trawę – dziecko naśladuje ruchy żucia

wiewiórka gryzie orzeszki –dziecko rytmicznie przygryza dolnymi zębami górną wargę, a potem górnymi zębami dolną wargę

wysuwamy szufladę z biurka i wsuwamy ją – dziecko wysuwa żuchwę do przodu i cofa ją

**Usprawnianie środka i tylnej części języka**:

wysuwanie języka w płaszczyźnie poziomej z ust i chowanie go jak najgłębiej w jamie ustnej

czubek języka przyciśnięty do dolnych siekaczy środek grzbietu podnosimy jak najwyżej w kierunku podniebienia

czubek języka przyciśnięty do dolnych siekaczy środkiem grzbietu trzemy po podniebieniu

czubek języka przy dolnych siekaczach, a tyłem języka staramy się dotknąć podniebienia miękkiego

przyssanie grzbietu języka do podniebienia przy opuszczeniu i podnoszeniu dolnej szczęki mlaskanie środkiem języka

**Usprawnianie języka**

wysuwanie z ust w płaszczyźnie poziomej wąskiego języka

wysuwanie z ust w płaszczyźnie poziomej szerokiego i płaskiego języka

układanie szerokiego i płaskiego języka tak, aby brzegi języka dotykały do dolnych zębów przygryzanie bocznych brzegów szerokiego i płaskiego języka

podnoszenie brzegów języka (na kształt łyżeczki)

**Zabawy usprawniające**:

zaspany pies powoli wychodzi z budy .

Dziecko wysuwa powoli język z ust nie opierając o zęby

mrówkojad wysuwa daleko język i łapie mrówki.

Dziecko wysuwa język z ust nie opierając o zęby

krowa ma wielki, szeroki i płaski język. Dziecko wysuwa szeroki i płaski język, dziecko szybko biegło i jest zmęczone. Dziecko otwiera szeroko buzię i głośno oddycha – naśladując zmęczenie.

Język układa swobodnie - brzegi dotykają dolnych zębów zamieniamy języczek w łyżeczkę – dziecko otwiera szeroko buzię i podnosi brzegi języka

Pionizacja języka, usprawnianie przodu i czubka języka:

dotykanie czubkiem języka na przemian kącików ust

oblizywanie czubkiem języka dolnej i górnej wargi

przesuwanie czubkiem języka po powierzchniach dolnych i górnych zębów

wysuwanie i podnoszenie czubka języka w kierunku nosa i opuszczanie w kierunku brody

dotykanie czubkiem języka na zmianę dolnych i górnych siekaczy

unoszenie czubka języka do wałka dziąsłowego za górnymi zębami

przesuwanie czubkiem języka po podniebieniu - od górnych zębów w głąb jamy ustnej i z powrotem

mlaskanie czubkiem języka

**Zabawy usprawniające**:

Malarz maluje pędzlem sufit. Dzieci otwierają szeroko buzię i przesuwają czubkiem języka po podniebieniu[do przodu i do tyłu].

Muchomor ma czerwone kropki na kapeluszu. Dzieci liczą ile muchomor ma kropek dotykając do dziąseł za górnymi zębami czubkiem języka.

Dzięcioł stuka w drzewo. Dzieci czubkiem języka uderzają o górne dziąsła za zębami

Język zjeżdża ze zjeżdżalni. Dzieci przesuwają czubek języka po podniebieniu w głąb jamy ustnej przy otwartej buzi.

Pada deszcz. Wycieraczki w samochodzie przesuwają się raz wprawo raz w lewo. Dzieci przesuwają czubek języka z jednego kącika ust w drugi.

Słoń zrywa banany z drzewa i podnosi trąbę do góry. Dzieci podnoszą czubek języka do górnych dziąseł i zębów.

Słoń zjada banany. Dzieci zamykają buzię i naśladują ruchy żucia.

Słoń opuszcza trąbę Dzieci wysuwają język w kierunku brody.

Żabki skaczą po liściach lilii. Dzieci przy szeroko otwartej buzi podnoszą język do górnych zębów , a następnie dotykają dolnych zębów.

Dzieci huśtają się na huśtawce. Dzieci przesuwają czubek języka z jednego kącika ust w drugi.

Myjemy szczoteczką zęby. Przy szeroko otwartej buzi dzieci oblizują czubkiem języka powierzchnię górnych i dolnych zębów.

Dzieci jedzą pączki. Przy szeroko otwartej buzi dzieci wysuwają czubek języka na brodę ,a potem podnoszą go do górnej wargi.

Po „zjedzeniu” pączków dzieci myją brudne buzie. Dzieci otwierają szeroko buzie i oblizują wargi czubkiem języka.