

Zajęcia logopedyczne Grupa II – czwartek dn. 26.03.2020r.

W związku z nauczaniem zdalnym przesyłam Państwu propozycję ćwiczeń logopedycznych usprawniających mięśnie języka i podniebienie miękkie. Pamiętajmy, że efektywność ćwiczeń logopedycznych możliwa jest tylko poprzez ich wielokrotne powtarzanie. Zachęcam, by ćwiczyć co najmniej raz w ciągu dnia.

Ćwiczenia usprawniające mięśnie języka:

- **strzała** – wysuwaj wąski język do przodu (x10);
- **młotek** – uderzaj językiem o dźwiałta tuż za górnymi zębami naśladowując wbijanie gwoździa (x15);
- **klaskanie** – naśladowuj odgłos kopyt biegnącego konia (x20);
- **liczenie zębów** – dotykaj czubkiem języka wszystkich zębów po kolei – najpierw górnych, potem dolnych przy szeroko otwartych ustach (x5);
- **karuzela** – dzieci bardzo lubią kręcić się w kółko język także – włóż język między wargi, a dźwiałta i zakręć nim raz w prawą, raz w lewą stronę (po 5 razy).

Ćwiczenia usprawniające podniebienie miękkie:

- **ziewanie** przy szeroko otwartych ustach (x10);
- **duży balon** – nabierz powietrze, zatrzymaj w policzkach, następnie wypuść ustami (x5);
- **wypowiadanie długiego [a]** – jak najdłużej wypowiadaj samogłoskę [a] na jednym wydechu:aaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaa (x10);
- **mały balonik** – nabierz powietrze, zamknij wargi, przesuwaj balonik powietrza z jednego policzka do drugiego (x5).