

Zalecenia logopedyczne

Droży rodzice w związku z zawieszeniem zajęć w naszej placówce proponujemy usprawnianie dziecka w formie samodzielnej zabawy z nim w domu, aby nie utraciło ono już zdobytych umiejętności i jednocześnie ćwiczyło z rodzicami, rodzeństwem w sposób naturalny, w formie zabawy.

Do terapii w domu proponuje się:

- Częste zabawy paluszkowe typu: sroczka kaszkę ważyła, bocian itp. („Zabawy z najmłodszymi dziećmi” Wanda Szumanówna lub Internet).
- Masaż logopedyczny, należy zwrócić szczególną uwagę na wargi i żuchwę - rodzice dostali dokładne instrukcje na konsultacji.
- Włączenie krótkich piosenek i rymowanek do rutynowych czynności, takich jak mycie, ubieranie się – można wykorzystać znane wierszyki lub stworzyć własne rymowanki;
- Czytanie dziecku wierszy i krótkich bajek;
- Opowiadanie dziecku treści oglądanych obrazków w książeczkach;
- Zabawy rozwijające słownictwo: piosenki, wyliczanki, zabawy przedszkolne (stary niedźwiedź, kółko graniaste itp.);
- Ćwiczenia manipulacyjne (zabawy z ciastoliną, wspólne „pieczenie” ciasta, manipulowanie zabawkami wydającymi dźwięki itp.);
- Podawanie dziecku półtwardych pokarmów do gryzienia w celu naturalnego ćwiczenia narządów artykulacyjnych (jabłka, trochę podgotowane marchewki, brokuły, paluszki itp.);
- Masaż, dotykanie okolic ust przedmiotami o różnej fakturze i temperaturze w celu uwrażliwienia oralnego dziecka np. kostka lodu, piłka z wypustkami, zimna – ciepła łyżka itp.;
- Rozpoznawanie dźwięków i prowokowanie do spontanicznego mówienia (np., co nam powie kotek, piesek?);
- Rozpoznawanie odgłosów zwierząt – zademonstrowanie dźwięku i dobranie do niego odpowiedniego zwierzątka, podobnie z dźwiękami wydawanymi przez przedmioty;
- Masażyki (polecam książkę M. Bogdanowicz „Przytulanki, czyli wierszyki na dziecięce masażyki”);
- Ćwiczenia oddechowe np.: głęboki wdech nosem z jednoczesnym wyciągnięciem rąk w górę lub do przodu i wydech ustami z opuszczeniem rąk wzdłuż tułowia; dmuchanie: na bańki, piórka, waciki, piłeczki, płomień świecy itp. - zwracać uwagę na to, żeby usta były zaokrąglone i wysunięte;
- Ćwiczenia aparatu artykulacyjnego – wybieramy te, które nie wymagają wyjmowania języka z jamy ustnej. Pomocne są sylaby dźwiękonaśladowcze:

- naśladowanie węża: sss, świerszczyka: cyt, cyt, pszczołki: zzzz, dzwoneczka: dzyń, dzyń (mała uwaga: wąż syczy z językiem wyciągniętym – a dzieci odwrotnie!);
- ćwiczenia na cofanie języka w głąb jamy ustnej, język ułożony za zębami na dole (połączenia –sk);
- Ćwiczenia usprawniające wargi:
 - Balonik - nadymanie policzków, usta ściągnięte (dla urozmaicenia bawimy się w baloniki, które "pękają" przekłute palcami);
 - Niejadek - usta wciągamy w głąb jamy ustnej;
 - Zmęczony konik - parskanie wargami;
 - Podwieczorek pieska - chwytanie ustami drobnych cukierków, chrupek itp.;
 - Kto silniejszy? - napinanie warg w pozycji rozciągniętej. Dwie osoby siedzące naprzeciw siebie trzymają ustami kartkę papieru i każdy ciągnie w swoją stronę. Uwaga - dajmy dziecku szansę wygrania zawodów;
 - Rybka - powolne otwieranie i zamykanie warg tworzących kształt koła, zęby "zamknięte";
 - Świnka - wysuwanie obu warg do przodu, udając ryjek świnki;
 - Wąsy - wysuwanie warg jak przy wymawianiu u, położenie na górnej wardze słomki lub ołówka i próby jak najdłuższego utrzymania;
 - Straż pożarna - wyraźne wymawianie samogłosek w parach: e o, i u, a u;
 - Pojazdy - naśladowanie poprzez wibrację warg warkotu motoru, helikoptera itp.
- Ćwiczenia usprawniające język (pionizacja):
 - Dotykamy palcem lub zimną łyżeczką podniebienia tuż za górnymi zębami, nazywając je "zaczarowanym miejscem", "parkingiem" itp., w którym język (krasnołudek, samochód) powinien przebywać, gdy mamy zamkniętą buzię;
 - Zlizywanie nutelli, mleka w proszku itp. z podniebienia przy szeroko otwartych ustach;
 - Konik jedzie na przejażdżkę - naśladowanie konika stukając czubkiem języka o podniebienie, wydając przy tym charakterystyczny odgłos kłaskania;
 - Chomik - wypycha policzki jedzeniem, a ty pokaż jak można wypchnąć policzki językiem, raz z prawej raz z lewej strony;
- Ćwiczenia żuchwy:
 - Zamykanie i otwieranie domku - szerokie otwieranie ust, jak przy wymawianiu głóska a, zęby są widoczne dzięki rozchylonym wargom;
 - Grzebień - wysuwanie żuchwy, zakładanie i poruszanie dolnymi zębami po górnej wardze. Cofanie żuchwy, zakładanie i poruszanie górnymi zębami po dolnej wardze i brodzie;

- Chory krasnoludek - zabawa fabularyzowana.

Krasnalek był chory i leżał w łóżeczku i przyszedł pan doktor

- Jak się masz krasnalku?

Krasnalek kaprysi, ziewa, nie chce jeść, nie chce pić. Chyba się przeziębził:

- Ziewa szeroko z opuszczoną nisko dolną szczęką: aaaaaaaaaa;

- Nie chce jeść i bardzo chudnie: wciąganie policzków;

- Chętnie ssie smoczek: naśladowanie odruchu ssania;

- Bardzo marudzi: mmmm (murmurando).

Wzywamy pogotowie, pogotowie jedzie: eo, eo, au, au, ay, ay, iu, iu, yu, yu.

Pan doktor zaleca:

- Płukanie gardelka (gulgotanie);

- Połykanie pastylek (naśladowanie połykania);

-Oglądanie gardła w lusterku (podczas wymawiania samogłosek);

Krasnalek zmęczony zabiegami ziewa (szeroko), ziewa i usypia:

- Chrapie (na wdechu);

- Chrapie (na wydechu);

Budzi się. Będzie brał inhalacje:

- Zaciska na przemian dziurki nosa (w tym czasie oddycha wolną dziurką);

- Wdycha powietrze nosem - wydycha ustami.

Krasnalek czuje się już lepiej - sprawdza czy gardło go jeszcze boli.

Trzyma ręką gardło i wymawia sylaby (przy szeroko otwartych ustach): ga go ge gu
gy ka ko ke ku ky oko eke uku aku ago ego ugu ogo ga go ge gu gy.

Zdrowy krasnoludek ma apetyt, zamyka usta i żuje coś smacznego (naśladowanie żucia).

Po posiłku krasnal dostał czkawki: Ap-ap, op-op, up-up, ep-ep, yp-yp, ip-ip.
Kiedy czkawka minęła postanowił pobawić się kolorowymi skrawkami papieru, które zdmuchiwał z blatu stołu. Papierki frunęły daleko, bo krasnal dmuchając na nie mówił: pa, po, pe, pi, pu, py (moment zwarcia przy p przedłużyć). Kiedy buzia mu się zmęczyła postanowił dmuchać na papierki przez nos.