# **Zabawy buzi i języka, czyli ćwiczenia logopedyczne na wesoło wspomagające rozwój mowy dziecka**

**Warunkiem prawidłowego wymawiania wszystkich głosek jest między innymi sprawne działanie narządów mowy. Aparat mowy składa się z trzech części: narządu oddechowego, który wytwarza prąd powietrza, niezbędny do powstawania dźwięków mowy, narządu fonacyjnego odpowiedzialnego za wytwarzanie dźwięków, oraz aparatu artykulacyjnego, do którego zalicza się znajdujące się ponad krtanią jamy: ustną, gardłową i nosową.**

Wymawiając poszczególne głoski musimy wykonać określone ruchy artykulatorów, a zatem wykonywana jest odpowiednia praca mięśni - każda głoska wymaga innych ruchów artykulacyjnych. Dlatego tak ważne są ćwiczenia, które usprawniają narządy mowy i wypracowują świadome oraz celowe ruchy języka, warg, żuchwy i podniebienia. Przeprowadzając ćwiczenia artykulatorów wspomagamy rozwój dziecka. Ćwiczenia te, to faza wstępna do pracy nad skorygowaniem wielu zaburzeń mowy. Bardzo istotne jest, aby były one wykonywane często i systematycznie, oraz aby dziecko miało możliwość obserwowania pracy aparatu mowy początkowo w lustrze, następnie w mowie potocznej.

## **Ćwiczenia języka**

* Kotki - kotek pije mleko - szybkie ruchy języka w przód i w tył, kotek oblizuje się - czubek języka okrąża szeroko otwarte wargi.
* Zmęczony piesek - dziecko naśladuje pieska, który głośno oddycha i język ma wysunięty na brodę. Ćwiczenie to wykonujemy max 3 razy po ok 20 sek.
* Robimy porządki - język to szczoteczka do zębów, która po kolei czyści zęby górne od strony zewnętrznej i wewnętrznej, a następnie zęby dolne z obu stron. Ćwiczenie to nie jest zalecane przy seplenieniu.
* Języczek wędrowniczek - język próbuje wykonać różne sztuczki np. górkę - czubek języka oparty o dolne zęby, środek się wybrzusza, rurkę - przez którą można wdychać lub wydychać powietrze, szpilkę - układanie wąskiego języka, wahadełko - przesuwanie języka do kącików ust w stronę prawą i lewą.
* Koniki - czubek języka uderza o podniebienie i opada na dół. Raz konik idzie wolno, to biegnie, parska, śmieje się: iha, iha.

## **Ćwiczenia warg i policzków**

* Wesołe minki - naśladowanie min: wesołej - płaskie wargi, rozciągnięte od ucha do ucha, uśmiech szeroki, smutnej - podkówka z warg, obrażonej - wargi nadęte, zdenerwowanej - wargi wąskie.
* Rybka - wysuwanie warg do przodu i rozszerzanie na końcu jak u ryb.
* Zły pies - naśladowanie złego psa, unoszenie górnej wargi, wyszczerzanie zębów.
* Echo - dobitne wymawianie samogłosek a, o, e, i, u, y.
* Masaż warg - nagryzanie zębami wargi dolnej, potem górnej.
* Baloniki - nabranie powietrza i zatrzymanie go w wydętych policzkach, przesuwanie powietrza z jednego policzka do drugiego, balon pękł - dziecko palcami uderza w policzki.
* Zajęczy pyszczek - wciąganie policzków do jamy ustnej.
* Motorek - parskanie wargami, naśladowanie odgłosu motoru, traktora.

## **Ćwiczenia podniebienia miękkiego**

* Chory Krasnal - kaszlenie z językiem wysuniętym z ust. Ćwiczenia tego nie wykonujemy z dzieckiem z seplenieniem.
* Balonik - nabieranie powietrza ustami, zatrzymanie w policzkach, następnie wypuszczanie nosem.
* Rozgrzewamy dłonie - chuchanie na "zamarznięte ręce".
* Śpiący Miś - chrapanie na wdechu i wydechu.
* Kukułka i kurka - wymawianie sylab: ku - ko, ku -ko,uku - oko, uku - oko,kuku - koko, kuku.

## **Ćwiczenia żuchwy**

* Zamykanie i otwieranie domku - szerokie otwieranie ust, jak przy wymawianiu głoski 'a', zęby są widoczne dzięki rozchylonym wargom.
* Grzebień - wysuwnie żuchwy, zakładanie i poruszanie dolnymi zębami po górnej wardze. Cofanie żuchwy, zakładanie i poruszanie górnymi zębami po dolnej wardze i brodzie.
* Guma do żucia - naśladowanie żucia gumy.

Opracowała Katarzyna Kasprzycka, neurologopeda, surdolog.