



## WESOŁE MINY CHŁOPCA I DZIEWCZYNY

Sprawnie pracujące narządy mowy (żuchwa, wargi i policzki, język, podniebienie miękkie) umożliwiają dziecku poprawne wymawianie wszystkich głosek, oczywiście pojawiające się w odpowiednim czasie.

Podczas wykonywania ćwiczeń ważne jest wytworzenie miłej i wesołej atmosfery. Należy pamiętać również o tym, że ćwiczenia te są dość wyczerpujące, należy zatem wykonywać je z umiarem (jeżeli chodzi o liczbę ćwiczeń i powtórzeń), ale bardzo systematycznie. Oto kilka propozycji.

### 1. Zagadkowe miny:

- puszczenie i unoszenie żuchwy przy napiętych mięśniach (szpara ust zamknięta)
- przy otwartych wargach: wysuwanie żuchwy ku przodowi (np. groźna mina) i cofanie,
- przy zamkniętych wargach: wysuwanie żuchwy ku przodowi i cofanie,
- ruchy żuchwy w prawo i lewo (np. mina kogoś, kto nie może się zdecydować).



### 2. Ćwiczenia warg i policzków:

- dmuchanie na piórko, watkę, piłeczkę (na wodzie), wiatraczek,
- puszczenie baniek mydlanych,
- dmuchanie na płomień świeczki,
- dmuchanie przez wargi ustawione w różny sposób: „dzióbek”, na brodę, na grzywkę, na bok,
- „uśmiech kłowna” - rozchylenie warg jak w uśmiechu, przy czym wargi są płaskie i przylegają do zębów, zęby widoczne,
  - „balon pękł” - nadymanie policzków i uwalnianie nagromadzonego powietrza z jamy ustnej,
  - „balon syczy” - nadymanie policzków i powolne wypuszczanie powietrza z jamy ustnej z jednoczesną artykulacją głoski s,

- „zajęczy pyszczek” – wciąganie policzków do jamy ustnej,
- „półuśmiech” – zęby zaciśnięte, a kąćki warg na przemian odciągane na lewo lub na prawo,
- cmokanie przy ściągniętych wargach,
- parskanie,
- na zmianę: wysuwanie warg do przodu i rozciąganie warg,
- wyrazista przesadna artykulacja samogłosek w układach po 2-3 samogłoski: u-o, u-a, i-u, i-o, i-u-i, o-u-o, a-o-a.

### 3. „Język sportowiec”:

- „język szpilka” - język jest wąski- wysuwanie i cofanie języka,
- „język wahadło” - wysunięty na zewnątrz jamy ustnej język wykonuje poziome ruchy wahadłowe od jednego do drugiego kąćka ust,
- „język jaskółka, lata w kółka” - wysunięty daleko na zewnątrz jamy ustnej język wykonuje ruch kolisty w lewo i w prawo,
- „język slimaczek” - powolne wysuwanie języka na brode i szybkie chowanie w jamie ustnej,
- „słodki język” - oblizywanie górnej i dolnej wargi (można wargi posmarować ulubionym przysmakiem: dżem, miód itp.),
- „język waźniak”- unoszenie języka do nosa,
- „język bawiący się w chowanego” - wypychanie językiem policzków,
- „język gimnastyk” - czubek języka opiera się za dolnymi zębami, a część środkowa języka jest naprężona,
- „język rurka” - zwijanie języka przez podnoszenie jego boków ku górze,
- „język łyżka” - wysunięcie szerokiego języka na wargi i zaokrąglanie boków do góry,
- kląskanie językiem,
- „język drapcio” - drapanie podniebienia czubkiem języka,
- „język matematyk” - liczenie zębów czubkiem języka.

### 4. Ćwiczenia podniebienia miękkiego:

- „sowa” - naśladowanie odgłosów uhu - uhu,
- „kukułka” - naśladowanie ku – ku,
- śmiechy – śmiech olbrzyma: ho-ho-ho, śmiech dziewczynek: hi-hi-hi, śmiech chłopaków: he-he-he,
- chuchanie na zmarznięte ręce: chu – chu.

Wykorzystana literatura:

„Od zabawy do mówienia”

„Zabawy logopedyczne”

„Podręczna apteczka logopedyczna”

Katarzyna Maciejewska- pedagog, logopeda