

I. Rozgrzewka aparatu mowy 😊 Parasygmatyzm to łatwizna !

1. Gimnastyka języka

- “Czubek języka szuka zębów”: Dziecko dotyka językiem górnych i dolnych zębów, przesuując nim w górę i w dół.
- “Wahadło”: Przesuwanie języka od jednego kącika ust do drugiego.
- “Parasol”: Język unosi się do podniebienia, a następnie opada na dół.

2. Ćwiczenia warg

- “Rybka”: Dziecko robi “dzióbek” wargami, a następnie szeroko się uśmiecha.
- “Balonik”: Dmuchanie na policzki, naprzemiennie napinając i rozluźniając mięśnie.

3. Ćwiczenia oddechowe

- Dmuchanie na lekkie przedmioty (np. piórko, kawałek papieru).
- Wydmuchiwanie powietrza przez słomkę do kubka z wodą.

II. Ćwiczenia słuchowe

1. Rozpoznawanie dźwięków

- Powtarzanie sylab: sa-sa-sa, za-za-za, so-so-so, zwracając uwagę na wyraźne rozróżnienie dźwięków.
- Słuchanie nagranych dźwięków lub słów i wskazywanie, który jest prawidłowy.

2. Różnicowanie dźwięków

- Dziecko słucha par wyrazów, np. sok – szok, i mówi, które słowo usłyszało.

III. Ćwiczenia artykulacyjne

1. Utrwalanie prawidłowej pozycji języka

- “Język na poduszce”: Dziecko kładzie język płasko za dolnymi zębami i stara się utrzymać tę pozycję podczas wymawiania dźwięku “s”.
- Ćwiczenie z wykałaczką: Wykałaczkę kładzie się między zębami, aby uniemożliwić wsuwanie języka podczas mówienia.

2. Powtarzanie sylab i wyrazów

- Rozpoczynamy od łatwych sylab: sa, se, si, so, su, a następnie przechodzimy do trudniejszych: sza, sze, szo (jeśli dziecko miesza szeregi).
- Stopniowo wprowadzamy wyrazy, np. sala, zupa, lasek, kosz, i zachęcamy dziecko do mówienia ich wolno i wyraźnie.

IV. Ćwiczenia w praktyce

1. Powtarzanie krótkich zdań

- „Szymon szuka szynki.”
- „Sarna skacze w lesie.”

2. Gry i zabawy słowne

• Wyszukiwanie przedmiotów w domu, które mają dźwięk „s” lub „z” w nazwie. • Zabawa w rymy: „sok – blok”, „las – pas”. 3. Czytanie na głos • Czytanie krótkich, prostych tekstów zawierających wyrazy z trudnymi dźwiękami.

Kilka wskazówek

- Staraj się, aby ćwiczenia były krótkie (5–10 minut) i w formie zabawy.
- Zachęcaj dziecko do patrzenia w lustro, aby kontrolowało pozycję języka i warg.
- Pamiętaj, że systematyczność jest kluczowa – ćwiczenia warto wykonywać codziennie.

Logopeda szkolny

Dorota Strusewicz