

Zestaw ćwiczeń przygotowujących do artykulacji głosek szeregu szumiącego /sz,ż,cz,dź/

Ćwiczenia oddechowe:

- „tańczący płomyk”- dmuchamy na płomień świecy w taki sposób, aby nie zgasł, lecz tańczył na boki;
- pijemy i dmuchamy przez rurkę;
- robimy bańki mydlane;
- dmuchamy na waciki, piłeczki pingpongowe, wiatraczki, skrawki papieru itp.

Ćwiczenia języka (wykonujemy przy szeroko otwartych ustach i widocznych zębach):

- wysuwamy szeroki język na zewnątrz jamy ustnej;
- żujemy brzegi języka zębami trzonowymi, w celu rozciągnięcia całej jego powierzchni;
- język masażysta: buzia szeroko otwarta, czubek języka masuje wałek dziąsłowy;
- klaskamy językiem – naśladujemy odgłosy konia uderzającego kopytami o bruk;
- przesuwamy język w kąci ust, raz do prawego, raz do lewego kącika ust, tak by przypominał ruch wahadła zegara;
- oblizujemy górną wargę (język wąski, wydłużony);
- unosimy język do góry w kierunku nosa;
- naśladowanie mycia zębów językiem: oblizujemy językiem górne zęby po wewnętrznej stronie przy zamkniętych, a następnie otwartych ustach;
- liczenie ząbków: dotykamy czubkiem języka górnych zębów po stronie wewnętrznej, podczas szerokiego otwierania jamy ustnej;
- zabawa uparty osiołek: wypychamy językiem górne zęby;
- krasnoludek zagląda do gardła: cofanie języka w głąb jamy ustnej, zaczynając od górnych zębów, a kończąc na podniebieniu;
- zabawa w zaczarowany język: przytrzymanie przez kilka sekund czubka języka na podniebieniu przy szeroko otwartych ustach;
- zlizywanie czubkiem języka z podniebienia, np. kawałka rozmiękczonej czekolady, gumy rozpuszczalnej lub kawałka przyklejonej chrupki;
- ssanie czubkiem języka małego cukierka ułożonego przy podniebieniu;
- naśladowanie mlaskania;
- śpiewanie znanych melodii na sylabach: la, lo, le, lu, ly.

Ćwiczenia warg:

- cmokamy ustami naśladowanie posyłania całusków;
- robimy tzw. „ryjek” -wargi ściągnięte, wysunięte do przodu;
- wysuwamy wargi do przodu, zęby są widoczne, a wargi zaokrąglone;

- naśladujemy pyszczek rybki: zęby złączone, wargi zaokrąglone i lekko wysunięte do przodu, zamykają się i otwierają;
- naśladujemy odgłosy wymyślnego pojazdu np. straż pożarna, pogotowie, policja: wymawiamy bardzo dokładnie na przemian samogłoski i-u;
- układanie warg w kształcie ryjka, a następnie ich rozsuwanie do uśmiechu;
- wydawanie odgłosów: krowy – mu, mu, kukułki – kuku, kuku, sowy – hu, hu, psa – hau, hau, rybki - plum, plum, pukania – puku, puku, uderzania – buch, buch, chodzenia - tupu, tupu.

Opracowała: mgr Elżbieta Socha – logopeda, neurologopeda

Literatura:

1. Chrzanowska A., Szoplik K., Zabawy i ćwiczenia logopedyczne. Poradnik dla logopedów, nauczycieli i rodziców, Białystok 2003, Wydawnictwo Akademickie.
2. Demel G., Minimum logopedyczne nauczyciela przedszkola, Warszawa 1996, WSiP.
3. Demel G., Elementy logopedii, Warszawa 1982, WSiP.
4. Góral – Półroła J., Zakrzewska S., Będę mówić poprawnie. Ćwiczenia do terapii logopedycznej głosek: sz, ż, cz, dż, Kielce 2004, MAC Edukacja.
5. Michalak – Widera I., Miłe uszom dźwięki. Usprawnianie narządów mowy i ćwiczenia prawidłowego wymawiania głosek, Katowice 2007, Wydawca Unikat 2.
6. Szoplik K., Zabawy i ćwiczenia logopedyczne /sz/, /ż/, /cz/, /dż/. Poradnik dla logopedów, nauczycieli i rodziców, Warszawa 2002, Wydawnictwo Akademickie.
7. Weichert – Figurska D., Nie seplenię. Program terapii sygmatyzmu, Gdańsk 2015, Wydawnictwo Harmonia.