

*WIEK PRZEDSZKOLNY TO OKRES NAJINTENSYWNIJSZEGO ROZWOJU MOWY. JEŚLI ODPOWIEDNIO POBUDZIMY ZAINTERESOWANIE DZIECKA (OPOWIEMY HISTORYJKĘ, WYKORZYSTAMY PRZYTULANKĘ, PACYNKĘ, OBRAZEK, PRZEDMIOT), WÓWCZAS DZIECKO BĘDZIE CHĘTNIEJ UCZESTNICZYŁO W ZABAWIE I WYKONYWAŁO ĆWICZENIA.*

## **PROPOZYCJE PROSTYCH ZABAW I ĆWICZEŃ ROZWIJAJĄCYCH MOWĘ DZIECKA PRZEDSZKOLNEGO**

### ĆWICZENIA ODDECHOWE:

- zdmuchiwanie papierowej kulki (piłeczki ping-pongowej, kulki z waty czy z chusteczki higienicznej) z gładkiej powierzchni,
- zdmuchiwanie skrawków papieru z chropowatej powierzchni (np. przy pomocy plastikowej rurki lub słomki),
- dmuchanie na wiatraczek,
- zdmuchiwanie świecy z coraz większej odległości,
- dmuchanie na świecę w taki sposób, by płomień wyginał się, ale nie gasł (wydech równomierny, powolny i jednostajny bądź stopniowy),



- dmuchanie na piórko – utrzymanie piórka jak najdłużej lub jak najwyżej,
- puszczenie baniek mydlanych,
- dmuchanie na chusteczkę higieniczną, gazetę (kierowanie strumienia powietrza na środek, na prawą lub lewą stronę chusteczki, gazety z różnym napięciem – silny i lekki wiatr),

- dmuchanie na baloniki (leżąc na brzuchu dmuchanie na balon w taki sposób, by się on poruszył lub nawet unióś),
- „huśtanie ulubionej zabawki” (leżąc na plecach dziecko umieszcza na brzuchu misia, lalkę, papierową kulkę; podczas wdechu unosi brzuch, podczas wydechu – wciąga go; oddychając rytmicznie, obserwuje unoszącą się zabawkę),
- wymawianie na wydechu samogłosek – początkowo pojedynko, potem po 2-3 (dziecko wymawia jak najdłużej samogłoskę, rodzic w tym czasie mierzy czas i zapisuje „rekordy”)



### ĆWICZENIA WARG:

- naśladowanie syreny - przesadnie wyraźne wymawianie samogłosek „u” (wargi ściągnięte do przodu), „i” (kąciki ust cofnięte),
- wymawianie samogłosek a-o przy szeroko otwartych ustach,
- przesuwanie ściągniętych warg na prawo – na lewo,
- zabawa „wąsy” - utrzymywanie ołówka między nosem a górną wargą,
- nakładanie górnej wargi na dolną i dolną na górną,
- cmokanie,
- gwizdanie,
- granie palcami na wargach,
- „pyszczyk ryby” – gwałtowne rozwieranie zaciśniętych warg,
- wrywanie kartki papieru z zaciśniętych warg,
- unoszenie wargi górnej przy zamkniętych zębach, podobnie opuszczanie wargi dolnej,
- „dziurawy balonik” - nadymanie policzków i powolne wypuszczanie powietrza

### ĆWICZENIA JĘZYKA:

- oblizywanie warg przy szeroko otwartych ustach (wargi można posmarować kremem czekoladowym),
- wysuwanie języka do przodu i cofanie w głąb jamy ustnej (bez kontaktu z wargami),
- dotykanie językiem wargi górnej i dolnej,
- „konik” – klaskanie językiem,
- oblizywanie zębów przy ustach szeroko otwartych,
- mlaskanie,
- wypychanie policzków językiem (udawanie ssania cukierka),
- przeciskanie języka między zębami,
- wymawianie sylab (la la la... lo lo lo... le le le... poruszając jedynie językiem a nie brodą; przy ustach szeroko otwartych).

### ĆWICZENIA PODNIEBIENIA MIĘKKIEGO:

- ziewanie z opuszczoną nisko dolną szczęką,
- kaszlenie z wysuniętym na zewnątrz językiem,
- płukanie gardła ciepłą wodą – gulgotanie,
- „chrapanie” na wdechu i wydechu,
- „robienie min”,
- przenoszenie skrawków papieru za pomocą słomki (wciąganie powietrza),

- głębokie oddychanie – wdech nosem, wydech ustami.



opracowała Katarzyna Wadowska – Smyczyńska

Literatura:

*Logopedia*, red. T. Gałkowski, G. Jastrzębowska  
*Mowa. Rozwój. Zaburzenia. Terapia*, E. Minczakiewicz  
*Co zrobić, aby ułatwić dziecku naukę czytania i pisanie*,  
H. Łazowska, B. Mikiciuk, B. Moritz