

Zajęcia logopedyczne Grupa III – środa dn. 07.04.2021r.

Pamiętajmy, że efektywność ćwiczeń logopedycznych możliwa jest tylko poprzez ich wielokrotne powtarzanie. Zachęcam, by ćwiczyć co najmniej raz w ciągu dnia.

Ćwiczenia usprawniające mięśnie języka:

- **winda** – otwórz szeroko buzię, poruszaj językiem tak jakby był windą – raz do góry, raz do dołu, dotykaj miejsc tuż za zębami (x10);
- **powtarzanie słów** – lala, Lolek, Lila, liliput (x3);
- **śpiewanie znanych melodii na sylabie [la]** – np. Wlazł kotek na płotek, przy szeroko otwartych ustach (x2);

Ćwiczenia usprawniające wargi:

- **niejadek** – wargi wciągamy w głąb jamy ustnej (x10);
- **strzelanie ustami** (x15);
- **parskanie** – zmęczony konik, nabierz powietrze, zamknij wargi, uwalniając powietrze wpraw wargi w wibrację (x10).

Ćwiczenia oddechowe (te tylko pod kontrolą dorosłego!):

- **świeca** – zdmuchuj płomień świecy (świecę za każdym razem należy ustawiać coraz dalej np. w czterech wyznaczonych miejscach na stole, a ćwiczenie powtórzyć trzy razy);
- **tańczący płomyczek** – spróbuj dmuchać na płomień świecy tak, by poruszył się, ale nie zgasł (świecę ustawiamy w wyznaczonych wcześniej miejscach, ćwiczenie powtarzamy trzy razy).