

***„Program logopedyczny
wspomaganie mowy
dziecka 3 – 4 letniego”***

***Zespół Placówek Oświatowych Nr 3
Miejskie Przedszkole Samorządowe Nr 3
Im. Jana Brzechwy w Mławie
rok szkolny 2016/ 2017***

Założenia programu:

- Praca naprawcza logopedyczna z dzieckiem 3 i 4 letnim;
- Usprawnianie rozwoju mowy dziecka;
- Profilaktyka logopedyczna dzieci w wieku młodszym.
- Wspomaganie rozwoju mowy oraz jej usprawnianie.

Cele szczegółowe:

- Usprawnianie aparatu artykulacyjnego.
- Usprawnianie słuchu fonematycznego.
- Aktywizowanie mowy.
- Nabycie i utrwalanie nawyku prawidłowego oddechu(pogłębianie oddechu, wydłużanie fazy wydechowej, relaksacja).

Charakterystyka właściwości mowy dziecka w wieku przedszkolnym:

Mowa nie jest umiejętnością wrodzoną, dziecko przyswaja ją od najbliższego otoczenia drogą naśladownictwa.

Rozwój mowy dziecka trwa kilka lat i w jego przebiegu wyodrębniają się pewne okresy, których czas trwania można w przybliżeniu określić w sposób następujący:

- okres melodii (0-1 r. ż.),
- okres wyrazu (1-2 r. ż.),
- okres zdania (2-3 r. ż.),
- okres swoistej mowy dziecięcej (3-7 r. ż.).

W wychowaniu przedszkolnym szczególnie ważne są dwa ostatnie okresy.

Okres zdania (od 2 do 3 roku życia).

Okres ten jest przełomowy w rozwoju mowy, gdyż dziecko przyswaja sobie wtedy podstawy systemu leksykalnego i morfologicznego języka. W tym okresie dziecko powinno już wypowiadać głoski: **p, b, m, f, w, k, g, ch, t, d, n, l, ś, ź, ć, dź, ń** oraz zmiękczone: **pi, bi, mi, ki, gi**. Pod koniec tego okresu mogą pojawiać się już głoski: **s, z, c, dz** a nawet: **sz, ź, cz, dź**.

Wymienione głoski nie zawsze są pełnowartościowe, bywają zastępowane innymi łatwiejszymi głoskami, wskutek małej sprawności narządów artykulacyjnych.

Okres swoistej mowy dziecięcej (od 3-7 roku życia).

Dziecko 3-letnie

potrafi porozumieć się z otoczeniem, mowa jego jest już w pewnym stopniu ukształtowana. Nie jest jednak pozbawiona błędów i jej rozwój odbywa się w dalszym ciągu.

- Dziecko zaczyna odróżniać dźwięki **s, z, c, dz** od ich miękkich odpowiedników
- Powinno wymawiać wszystkie samogłoski, ustne i nosowe: **a, o, e, u, i, y, a, e**, chociaż w mowie jego mogą występować odstępstwa, np. zamiana samogłosek: **a=o, e=a, i=y**. Jest to związane z niewykształconą sprawnością narządów artykulacyjnych.
- Powinny występować również spółgłoski twarde i zmiękczone: **m, mi, b, bi, p, pi, f, fi, w, wi, ś, ć, ź, dź, ń, k, g, ki, gi, ch, t, d, n, l, li, j, ł**.
- Powinny pojawić się głoski: **s, z, c, dz**, a nawet **sz, ź, cz, dź**.

Dziecko 4-letnie

- Utrwała takie głoski jak: **s, z, c, dz**. Dziecko **nie** powinno już wymawiać ich jak: **ś, ć, dź, ź**.
- Pojawia się głoska, **r**, choć jej opóźnienie nie powinno jeszcze niepokoić.
- Głoski **sz, ź, cz, dź** dziecko jeszcze zamienia na **s, z, c, dz** lub **ś, ź, ć, dź**.

Dziecko 4-5-letnie

- Pojawiają się głoski, **sz, ż, cz, dż**,
- Mowa dziecka daleka jest od doskonałości. Wyrazy są poskracane, głoski przestawiane, grupy spółgłoskowe - uproszczone. Występują zlepki wyrazów i nowotwory językowe.

Dziecko 5-letnie

- Mowa dziecka jest już w zasadzie zrozumiała. Głoski **sz, ż, cz, dż**, które pojawiały się w czwartym roku życia, zaczynają się utrwalać. Dziecko potrafi je poprawnie powtórzyć, choć w mowie potocznej mogą jeszcze być wymawiane jak s, z, c, dz.
- Głoska **r** powinna być wymawiana, ale często pojawia się dopiero w tym okresie.

Dziecko 6-letnie

- Mowa dziecka powinna już być opanowana pod względem dźwiękowym.

Na całokształt rozwoju dziecka i jego powodzenia przedszkolne, a następnie szkolne w dużej mierze wpływa mowa. Jest ona atutem w nawiązywaniu kontaktów społecznych, daje możliwość precyzyjnej komunikacji, stanowi narzędzie w zdobywaniu informacji, pozwala na wyrażanie własnych sądów, uczuć i upodobań. Badania nad rozwojem mowy wykazały, że jest to jedyna umiejętność, której wczesne opanowanie decyduje o korzystnej pozycji dziecka w dalszym życiu. Dzieci z trudnościami w porozumiewaniu się znajdują się w szczególnej sytuacji i opieka przedszkola ma podstawowe znaczenie w łagodzeniu tych problemów. Główne zadanie nauczycieli przedszkola sprowadzają się do takiego skorygowania i wyćwiczenia aparatu mowy, aby stał się fundamentem, na którym można oprzeć nadbudowę, jaką stanowi kultura żywego słowa. Wczesne stosowanie ćwiczeń i zabaw stymulujących właściwy rozwój mowy, przyczyniają się do usuwania niektórych wad wymowy, a także utrwalają prawidłową wymowę.

Wady wymowy mogą kształtować pewne ujemne cechy osobowości, takie jak: nieśmiałość, zamykanie się w sobie, podejrzliwość, poczucie niższej wartości. Mogą utrudniać naukę, a niekiedy uniemożliwiają ją.

Nie wolno rezygnować z udzielania dziecku tej pomocy, gdyż w przeważającej większości jest ono w stanie nauczyć się prawidłowego wymawiania wszystkich głosek, jeśli dorośli pomogą mu je usłyszeć i pokażą, jak się je wymawiać. Najbardziej intensywny okres kształtowania się mowy przypada na wiek przedszkolny. W związku z tym, zadaniem przedszkola jest przyspieszenie rozwoju mowy, a także niwelowanie różnic pomiędzy dziećmi pochodzącymi z różnych środowisk. Przedszkole może dopomóc rodzicom w rozwoju umiejętności artykulacyjnych dziecka. Mowa integruje wszystkie procesy rozwojowe dziecka, zwłaszcza w wieku przedszkolnym. Towarzyszy wszystkim jego czynnościom. Dlatego też stale się wymaga umiejętnego i troskliwego kierownictwa, zarówno podczas zajęć przedszkolnych (pod okiem wychowawczyni), jak i w czasie wykonywania czynności domowych (w obecności opiekunów).

Wady wymowy.

O wadzie wymowy mówimy wtedy, gdy odbiega ona od normy fonetycznej ogólnie przyjętej w danym języku. Czynniki wywołujące zaburzenia wymowy są różne. Dzielimy je na endogenne (wewnątrzpochodne) i egzogenne (zewnątrzpochodne).Także same zaburzenia przejawiają się w sposób bardzo zróżnicowany.

Bez względu na wiek pojawienia się, wszystkie zaburzenia negatywnie wpływające na kształtowanie się osobowości dziecka, a w szczególności na rozwój kontaktów społecznych i poznawanie świata. Prawie wszystkie dzieci z zaburzeniami wymowy mają kłopoty w nauce.

Za wadliwą uznajemy wypowiedź, np.:

- słabo słyszalną,
 - mało zrozumiałą,
 - nieprzyjemną w odbiorze (chropowatą, zbyt wysoką, zbyt niską),
 - zawierającą zniekształcone dźwięki,
 - o zaburzonym rytmie i tempie mowy,
 - niepoprawną gramatycznie, nie uwzględniającą opozycji fonologicznych,
 - nie odpowiednią do wieku, płci, inteligencji.
- Oczekiwania nie mogą jednak przekraczać norm rozwojowych.

Opanowanie mowy uzależnione jest od wielu czynników wewnętrznych i zewnętrznych.

Dla prawidłowego kształtowania i rozwoju mowy konieczne jest prawidłowe funkcjonowanie:

- aparatu artykulacyjnego(wargi, język, podniebienie, policzki, uzębienie),
- aparatu fonacyjnego (krtań, gardło, jama nosowa),
- oddechowego (płuca, oskrzela, tchawica),
- ośrodkowego układu nerwowego,
- narządu słuchu.

Istotny jest także poziom rozwoju umysłowego i emocjonalnego oraz odpowiednie warunki środowiskowe i społeczne. Nieobojętny jest również stan zdrowotny górnych dróg oddechowych i obciążenia dziedziczne. Wadliwe funkcjonowanie któregokolwiek z tych elementów komplikuje prawidłowe kształtowanie i rozwój mowy.

W grupie przyczyn zewnętrznych znajdują ponadto czynniki pochodzenia środowiskowego (naśladownictwo, nieprawidłowa wymowa rodziców, rodzeństwa, środowiska podwórkowego), a także brak zainteresowania rozwojem mowy ze strony opiekunów.

Kiedy do logopedy?

Logopedia jest nauką zajmującą się kształtowaniem prawidłowej mowy, zapobieganiem powstawaniu wad wymowy, likwidowaniem błędów i korekcją wad, a także nauczaniem mowy w przypadku jej braku albo utraty

Niepokojące objawy to:

- nieprawidłowości w budowie narządów mowy;
- brak gaworzenia we właściwym dla dziecka czasie;
- brak mowy u trzyletniego dziecka itd.;

- mowa niewyraźna lub trudno zrozumiała;
- brak reakcji na dźwięki;
- zaburzenia percepcji słuchowej dotyczące zarówno słuchu fizjologicznego (dokładne słyszenie), jak i pamięci słuchowej oraz umiejętności kojarzenia dźwięków, a także słuchu fonematycznego (mownego);
- dziecko mówi nosowym, głośnym lub ochrypłym głosem, ma trudności w oddychaniu przez nos;
- dziecko w trakcie mówienia zacina się.

Nawet przy ogromnej chęci pomocy dzieciom z zaburzoną mową logopeda nie jest w stanie sprostać wielu zadaniom, gdy zawodzi współpraca z rodzicami, nauczycielami, lekarzem czy innymi specjalistami (psycholog, ortodonta, laryngolog, chirurg- roszczeniowcy i inni). Specjaliści mają i chcą pomagać, nie należy ich się bać czy wstydzić. Nie bójmy się pomagać dzieciom.

Cele ćwiczeń ortofonicznych.

Ćwiczenia ortofoniczne zajmują bardzo ważne miejsce w pracy nad prawidłową mową dzieci w wieku przedszkolnym. Choć są tylko częścią pracy nad wszechstronnym rozwojem dziecka, to pozwalają przecież zapobiegać wadom wymowy, korygować błędy już powstałe, sprzyjają kształtowaniu poprawnej i wyraźnej mowy, zrozumiałej dla otoczenia. Wagę zagadnienia podkreśla również fakt, że dzieci sześciolatki uczą się już czytać i pisać, a wadliwa wymowa może przyczynić się do powstania trudności i niepowodzeń w toku nauki szkolnej. W zakresie posługiwania się mową dziecka sześciolatki zaleca się zwrócenie uwagi na kilka aspektów:

- wielozdaniowe wypowiedzi na jeden temat. Stosowanie pauzy krótkiej i długiej na zakończenie zdania;
- prowadzenie ćwiczeń oddechowych;
- ćwiczenia słuchowe- wyodrębnianie wyrazów w zdaniu , głosek w nagłosie, wygłosie, śródgłosie, kolejne wymawianie dźwięków w wyrazie. Wyróżnianie łatwiejszych zgłosek;
- dokonywanie analizy i syntezy prostych wyrazów;
- ćwiczenia artykulacyjne, kształtujące mięśnie narządów mowy na głoskach, wyrazach i wyróżnianie grup spółgłoskowych w zgłoskach i krótkich tekstach;
- poprawne, pod względem wymowy, wypowiadanie się i recytowanie wierszy bez skandowania.

Dzięki dobrze poprowadzonym ćwiczeniom dzieci powinny zdobyć umiejętność poprawnej wymowy i wykorzystywać ją w mowie spontanicznej.

Cele ćwiczeń ortofonicznych.

Ćwiczenia ortofoniczne zajmują bardzo ważne miejsce w pracy nad prawidłową mową dzieci w wieku przedszkolnym. Choć są tylko częścią pracy nad wszechstronnym rozwojem dziecka, to pozwalają przecież zapobiegać wadom wymowy, korygować błędy już powstałe, sprzyjają kształtowaniu poprawnej i wyraźnej mowy, zrozumiałej dla otoczenia. Wagę zagadnienia podkreśla również fakt, że dzieci sześciolatki uczą się już czytać i pisać, a wadliwa wymowa

może przyczynić się do powstania trudności i niepowodzeń w toku nauki szkolnej. W zakresie posługiwania się mową dziecka sześciolatniego zaleca się zwrócenie uwagi na kilka aspektów:

- wielozdaniowe wypowiedzi na jeden temat. Stosowanie pauzy krótkiej i długiej na zakończenie zdania;
- prowadzenie ćwiczeń oddechowych;
- ćwiczenia słuchowe- wyodrębnianie wyrazów w zdaniu , głosek w nagłosie, wygłosie, śródgłosie, kolejne wymawianie dźwięków w wyrazie. Wyróżnianie łatwiejszych zgłosek;
- dokonywanie analizy i syntezy prostych wyrazów;
- ćwiczenia artykulacyjne, kształtujące mięśnie narządów mowy na głoskach, wyrazach i wyróżnianie grup spółgłoskowych w zgłoskach i krótkich tekstach;
- poprawne, pod względem wymowy, wypowiadanie się i recytowanie wierszy bez skandowania.

Dzięki dobrze prowadzonym ćwiczeniom dzieci powinny zdobyć umiejętność poprawnej wymowy i wykorzystywać ją w mowie spontanicznej.

ĆWICZENIA WSPOMAGAJĄCE ARTYKULACJĘ ORAZ PROPOZYCJE ZABAW.

Warunkiem prawidłowego wymawiania wszystkich głosek jest m. in. sprawne działanie narządów mowy. Realizacja poszczególnych głosek wymaga różnego układu artykulacyjnego różnej pracy mięśni. Toteż narządy mowy trzeba tak ćwiczyć, by wypracować zręczne i celowe ruchy języka, warg, podniebienia. Dziecko musi mieć wycucie danego ruchu i położenia poszczególnych narządów mowy.

Ćwiczenia usprawniające narządy mowy.

1) Ćwiczenia zuchwy:

- opuszczanie i unoszenie zuchwy ku górze;
- wykonywanie ruchów poziomych, raz z wargami rozchylonymi, raz z zamkniętymi ;
- ruchy do przodu i do tyłu.

Zabawy:

- **Szuflada.** Mocne wysuwanie szczęk-szeroko do przodu i cofanie do pozycji wyjściowej.
- **Krokodyl.** W trakcie zabawy naśladowanie różnych zwierząt, krokodyla możemy zobrazować ruchami szczęk-szeroko otwarta buzia z uwidocznionymi zębami wykonuje „kłapanie paszczą”
- **Żarłok.** Ten sam ruch można ubarwić opowieścią o człowieku, który chciał zjeść wszystko, co spotkał. W takim przypadku ruchy szczęk nie uwidaczniają zębów- jak przy bezgłośnym „am”
- **Na pastwisku.** Dzieci naśladowują żucie trawy przez krowy, wykonując ruchy zamkniętymi wargami we wszystkich kierunkach. Zabawę można łączyć chodzeniem na czworakach i ćwiczeniami dźwiękonaśladowczymi.
- **Śpiewak.** Dzieci słuchają nagrania lub śpiewu utworu wokalnego z długimi wokalizami, otwierają szeroko buzie naśladowując śpiewaka. Język leży nieruchomo

na dnie jamy ustnej. Czubek dotyka dolnych zębów. Gdy nauczyciel nagle przerywa utwór, dzieci szybko zamykają buzię.

- **Zamykanie i otwieranie domku** - szerokie otwieranie ust, jak przy wymawianiu głoski *a*, zęby są widoczne dzięki rozchylonym wargom.
- **Grzebień** - wysuwanie żuchwy, zakładanie i poruszanie dolnymi zębami po górnej wardze. Cofanie żuchwy, zakładanie i poruszanie górnymi zębami po dolnej wardze i brodzie.
- **Krowa** - naśladowanie przeżuwania.
- **Guma do żucia** - żucie gumy lub naśladowanie.
- **Opuszczanie żuchwy** – powoli i spokojnie opuszczajcie żuchwę, starając się jak najszerzej otworzyć buzię. Po serii powolnych ruchów, przyspieszcie je.
- **Ziewanie** – świetne ćwiczenie na rozluźnienie stawu. Ziewnijcie kilkakrotnie.
- **Robienie kółek żuchwą** – raz w prawo, raz w lewo.
- **„Zamiatanie” żuchwą** – przy otwartej buzi przesuwaszcie dolną szczękę rytmicznie na boki, najpierw powoli, a potem coraz szybciej.
- **Małpa** – ruszajcie żuchwą we wszystkich kierunkach, podobnie jak wykonują to małpy. To doskonale ćwiczenie rozluźniające.

2) Ćwiczenia warg i policzków:

- wysuwanie i spłaszczanie warg złączonych;
- zakładanie wargi dolnej na górną i górnej na dolną;
- cmokanie, wargi ściągnięte;
- dmuchanie:
 - przez wargi w kształcie dzióbka,
 - z zębami górnymi na dolnej wardze, jak przy „f”,
 - bokiem;
- parskanie;
- półuśmiech: odciąganie na przemian kącików warg;
- przesadna artykulacja głosek: a-i-o-u-y, a-i-u, a-e-u-au-a-o-i itp.;
- nadymanie policzków i powolne wypuszczanie powietrza ustami lub nosem.;

Zabawy:

- **Sekret- nic nie powiem.** Dzieci mocno zaciskają rozciągnięte wargi. Tu wskazana opowieść o dziewczynce, która mocno strzegła jakiegoś sekretu i na kolejne pytania różnych spotkanych osób odpowiadała „nic nie powiem” i zaciskała wargi.
- **Ćwiczymy uśmiech.** Dzieci maksymalnie oddalają kąciki ust od siebie pokazując zęby (zęby trzonowe zaciśnięte). Można powiedzieć o konkursie zwierząt na najpiękniejszy uśmiech itp.
- **Rybka.** Dzieci powolnie otwierają i zamykają wargi tworząc kształt koła; jakby bezgłośnie mówiły „po”.
- **Całuski.** Przesyłanie sobie nawzajem całusków. Nauczyciel zwraca uwagę, czy przy głośnych cmokaniach w powietrze wargi są ściśnięte „ w ryjek”.
- **Zły pies.** Dzieci szczerzą zamknięte zęby obnażając je tak, aby dziąsła były widoczne. Mogą temu towarzyszyć złowrogie warczenia. Nauczyciel może wymyślić opowieść o złym psie, w trakcie, której dzieci naśladowują jego warczenie.

- **Króliczek.** Dzieci ściskają i wysuwają wargi mocniej niż przy[u], potem przesuwają tym „pyszcziem” w prawo i w lewą stronę; należy zwracać uwagę, by dzieci nie ruszały szczęką, a tylko wargami, choćby ich ruchy były minimalne. Pozycja, jak przystało na królika- kuczna. Inną miną królika z zakresu ćwiczeń warg jest zagryzanie dolnej wargi górnymi zębami lub – trudne! – unoszenie wargi górnej przy zaciśniętych szczękach, aby widoczne były tylko zęby górne. Utrzymując taką minę można „pokicać” jak króliki.
- **Koty.** Przy zabawie ruchowej, naśladując ruchy kota, dzieci mogą trzymać między wargami(, ale nie zębami!) plastikowe słomki-wąsy. Dla utrudnienia ćwiczenia zwiększamy ciężar słomek, obciążając ich końce plasteliną. Te zabawę w koty można łączyć z ćwiczeniami języka- koty się oblizują, zlizują mleko z miseczek-dłoni, mlaskają, ziewają.
- **Konik i woźnica.** Dzieci w parach biegają po sali w rytm melodii. W przerwach między akompaniamentem koniki parszają a woźnica cmoka, koniki biegną dalej. Inna wersja bez akompaniamentu-koniki klaskają, naśladując odgłos kopyt, woźnica woła prrr.
- **Zawody.** Dwoje dzieci stojących naprzeciw siebie trzyma kartkę papieru między wargami(nie zębami i każde ciągnie w swoją stronę). Inna konkurencja-dzieci na wyścigi zjadają z talerzyka chrupki, posługując się tylko wargami.
- **Smutny i wesoły pajac.** Dzieci na sygnał mają naśladować minę wesołego i smutnego pajaca(uśmiech i „podkówka”). Dobrze jest posługiwać się przy tym schematycznymi ilustracjami.
- **Ptaszki.** Jeśli naśladujemy zwierzęta, w serii mogą wystąpić też ptaszki, które robiąc dzióbek(wargi mocno ściągnięte i wysunięte do przodu, silniej niż przy[u]) lekko go otwierają, jak po ziarenko, gwizdzą „fiu, fiu i naśladują dziobanie tym wysuniętym „dziobkiem”.
- **Baloniki.** Dzieci nabierają dużo powietrza i zatrzymują je w wydętych policzkach. Na hasło „pękl”- przesuwają palcami baloniki. Słychać odgłos pęknięcia.
- **Niesforny balonik** – nadymanie jednego policzka i przesuwanie powietrza z jednej strony jamy ustnej do drugiej – wargi złączone.
- **Zajaczek** – wciąganie policzków do jamy ustnej, policzki ściśle przylegają do łuków zębowych, wargi tworzą „zajęczy pyszczek”.
- **Całuski** – wargi ściągnięte, wywinięte do przodu – jak przy cmoknięciu.
- **Mam wąsy** – utrzymanie słomki między nosem a górną wargą.
- **Nic nie powiem** – mocne zaciśnięcie rozciągniętych warg.
- **Pajac** – wesoła mina: wargi złączone, kąciki uniesione do góry, smutna mina: wargi złączone, kąciki opuszczone w dół.
- **Minki** - naśladowanie min: wesołej - płaskie wargi, rozciągnięte od ucha do ucha, uśmiech szeroki, smutnej - podkówka z warg, obrażonej - wargi nadęte, zdenerwowanej - wargi wąskie.
- **Rybka** - wysuwanie warg do przodu i rozszerzanie na końcu jak u ryb.
- **Zły pies** - naśladowanie złego psa, unoszenie górnej wargi, wyszczerzanie zębów.
- **Echo** - dobitne wymawianie samogłosek a, o, e, i, u, y.
- **Masaż warg** - nagryzanie zębami wargi dolnej, potem górnej.
- **Motorek** - parskanie wargami, naśladowanie odgłosu motoru, traktora
- **Niejadek** - usta wciągamy w głąb jamy ustnej.
- **Zmęczony konik** - parskanie wargami.
- **Świnka** - wysuwanie obu warg do przodu, udając ryjek świnki.
- **Wąsy** - wysuwanie warg jak przy wymawianiu u, położenie na górnej wardze słomki lub ołówka i próby jak najdłuższego utrzymania.

- **Drzwi do domu** - buzia to domek krasnoludka, a wargi to drzwi do domku. Pokaż jak wargi ściągnięte do przodu, otwierają się i zamykają.
- **Straż pożarna** - wyraźne wymawianie samogłosek w parach: e o, i u, a u.
- **Suszarka** - utrzymywanie przy pomocy warg słomki, wciąganie powietrza nosem, wydychanie przez słomkę na dłoń (odczuwanie ciepłego powietrza).
- **Pojazdy** - naśladowanie poprzez wibrację warg warkotu motoru, helikoptera itp.

3) Ćwiczenia języka;

- wysuwanie i chowanie języka;
 - przesuwanie języka od kącika do kącika warg;
 - wysuwanie języka daleko na brodę;
 - oblizywanie dolnej wargi i brody;
 - unoszenie języka w kierunku nos;

 - oblizywanie górnej wargi ;

 - oblizywanie ruchem okrężnym warg posmarowanych miodem lub dżemem;

 - oblizywanie zewnętrznej i wewnętrznej strony zębów ruchem okrężnym;
 - wypychanie językiem policzków;
 - unoszenie czubka języka do zębów górnych i dolnych;
 - unoszenie czubka języka do dziąseł (z artykulacją głoski „ l”);
 - klaskanie językiem: czubkiem i środkiem języka;
 - wysuwanie szerokiego języka na wargi (można pomóc sobie rozsunięciem kącików jak do uśmiechu i rozplaszczaniem języka zbliżonymi do siebie zębami);
 - wysuwanie języka wąskiego na wargi;
 - spłaszczanie i zwężanie języka;
 - przesuwanie poziomo języka pomiędzy kącikami warg bez opierania go na wardze;
 - unoszenie do nosa i wywijanie go na brodę.
- Podczas ćwiczeń należy zwrócić uwagę, by żuchwa była nieruchoma.

Zabawy:

- **Malarz.** Dzieci naśladowują malarza, który pędzlem malują różne kształty. Język to pędzel. Nauczyciel daje hasło zabawy, np. „ kropki „,- dzieci naśladowują malowanie czubkiem języka kropek. Za chwilę zmiana wzoru na „ kreski”, „kółeczka” itp.
- **Sufit – podłoga.** Znana zabawa w wersji wykorzystującej zamiast palca- język. Inna wersja „okno-drzwi”, gdy dzieci siedzą jednym bokiem w kierunku drzwi, a drugim w kierunku okna. Zabawy ćwiczą trudny ruch kierowania języka do góry i w stronę kącików ust.
- **Kotki.** Dzieci naśladowują kotka, który oblizuje się (czubek języka okrąża szeroko otwarte wargi), mlaska, naśladowuje zlizywanie mleka z talerzyka itp. Można też naśladować kotka w czasie słuchania wiersza „ Chory kotek” po każdej wymienionej potrawie.
- **Zzajany pies.** Dzieci naśladowują zmęczonego psa, który oddycha głośno, z językiem mocno wysuniętym na brodę. Opowiadając dzieciom o psie można wplatać elementy z innych ćwiczeń – pies je, zlizuje językiem, szczyrzy zęby, gryzie coś, ziewa, mlaska itp.
- **Czyszczenie zębów.** Język czyści (dzieci szorują czubkiem języka) po kolei zęby górne od strony wewnętrznej i zewnętrznej, a następnie zęby dolne, też z obu stron. Tę zabawę łączymy z ćwiczeniami mięśnia okrężnego ust naśladowującymi

plukanie buzi wodą. Dzieci nabierają powietrza w policzki, „ przelewają” je kilkakrotnie z jednej strony na drugą i wypuszczają. Toaleta zakończona.

- **Liczenie zębów.** Dzieci, tak jak przy liczeniu jakiś przedmiotów, dotykają czubkiem języka kolejnych zębów. To samo można robić na polecenie „sprawdźcie czy macie wszystkie (nowe) zęby” bądź „ sprawdźcie językiem, czy nie macie dziurki w zębach”.
- **Broda i wąsy.** Dzieci sprawdzają językiem, wyciągając go mocno w górę i w dół, czy nie rośnie i broda i wąsy.
- **Małpa.** Zabawa z serii naśladowania zwierząt. Dzieci wprowadzają język między górną wargę, a górne zęby lub między dolną wargę, a dolne zęby. Z taką miną biegają i skaczą jak małpki.
- **Jaszczurka.** Kilka płatków kukurydzianych leży na talerzyku. Dziecko ma je wszystkie zabrać posługując się tylko czubkiem języka. Na ilustracji pokazujemy dzieciom długie języki jaszczurek (ewentualnie węża lub żaby).
- **Cukierek.** Dzieci wypychają raz jeden, raz drugi policzek ostrym czubkiem języka, udając, że trzymają w buzi landrynkę. Kolega może sprawdzić twardość „ cukierka” dotykając policzek palcem.
- **Język na defiladzie.** Nauczyciel liczy głośno do czterech. Dzieci wykonują energiczne ruchy języka kolejno na górną wargę, do lewego kącika ust, na dolną wargę i do prawego kącika.
- **Podrap się po podniebieniu.** Po wyjaśnieniu dzieciom, gdzie jest podniebienie, pokazujemy, jak czubek języka je „ drapie”.
- **Sztuczki.** Robimy z języka „ łyżeczkę”(unoszenie przodu i boków języka), „ rurkę”, przez którą można wydychać powietrze, „górkę” (czubek języka zaczepiony o dolne zęby, środek się wybrzusza).
- **Jadą koniki.** Czubek języka uderza o podniebienie i z kłaśnięciem opada na dół. Jeśli ćwiczenie to wykona się przy naprzemiennie zaokrąglonych (jak **u**) i odwiedzonych (jak **e**) wargach, dźwięk nabiera głębi. Uzyskuje się odgłos bardzo dobrze naśladujący uderzenie kopyt o podłoże. Koń idzie wolno, przyśpiesza, biegnie. Koń parska, chrapie, śmieje się **-iha - ha!**
- **Woźnica.** Dzieci udają woźnicę kierującego koniem. Popędzają go: **wio!**, Zatrzymują: **pry!**
- **Winda** - otwórz szeroko buzię, poruszaj językiem tak, jakby był windą - raz do góry, raz do dołu.
- **Karuzela** - dzieci bardzo lubią kręcić się w koło, twój język także. Włóż język między wargi a dziąsła i zakręć nim raz w prawą, raz w lewą stronę.
- **Chomik** - wypycha policzki jedzeniem, a ty pokaż jak można wypchnąć policzki językiem, raz z prawej raz z lewej strony.
- **Młotek** - wbijamy gwoździe w ścianę. Spróbuj zamienić język w młotek i uderzaj o dziąsła tuż za górnymi zębami, naśladując wbijanie gwoździa. Usta szeroko otwarte!
- **Żyrafa** - ma długą szyję, wyciąga mocno szyję do góry. Otwórz szeroko usta i spróbuj wyciągnąć język do góry, najdalej jak potrafisz.
- **Słoń** - ma długą trąbę i potrafi nią wszędzie dosięgnąć. Ciekawe czy potrafisz dosięgnąć językiem do ostatniego zęba na górze i na dole, z prawej i lewej strony.(Usta otwarte, żuchwa nieruchoma)

4) Ćwiczenia podniebienia miękkiego:

- ziewanie;
- kaszlenie z językiem wysuniętym na zewnątrz jamy ustnej;
- chrapanie na wdechu i wydechu;
- wymawianie sylab: ak, ka, ku, aka, oko, uku;
- oddychanie: wdech przez nos, wydech przez usta.
- do dobrych i skutecznych ćwiczeń podniebienia miękkiego zaliczyć należy: grę na instrumentach dętych(trąbki, piszczałki, gwizdki, organki), nadmuchiwanie baloników, puszczenie baniek mydlanych, dmuchanie przez nos na papier czy watę, wymawianie przy dość szeroko otwartych ustach ka, ko, ke, ku, ak, oko, oke, uku, ga, ge, gu, go, ago, ogo ege, ugu itd.

Wszystkie ćwiczenia wykonujemy w wolnym tempie, ale rytmicznie, z twarzą zwróconą w kierunku dziecka. Każdy układ powtarzamy 3-5 razy, zwiększając stopniowo liczbę i tempo.

Zabawy:

- **Chory miś.** Nauczyciel opowiada o chorym misiu. Dzieci ilustrują to opowiadanie, kaszleniem przy wysuniętym na brodę języku, kichaniem i wreszcie chrapaniem na wdechu i wydechu, gdy chory miś zasypia po przyjęciu leków.
- **Przeciągi.** Dzieci szeroko otwierają buzię i w takiej pozycji próbują wciągać powietrze nosem, a wypuszczać ustami.
- **Pada deszcz.** Nauczycielka mówi naciąga chmura, pada deszcz. Dzieci otwierają buzię i chwytają krople, a następnie je połykają.
- **Jedzie pogotowie.** Dzieci biegają po sali udają karetki pogotowia. Na sygnał nauczycielki udają jazdę na sygnale: eo, eo, au, au, ay, ay....
- **Zmęczony piesek** - język wysunięty z szeroko otwartych ust, wdychanie i wydychanie powietrza ustami.
- **Chory krasnoludek** - kaszlenie z językiem wysuniętym z ust.
- **Balonik** - nabieranie powietrza ustami, zatrzymanie w policzkach, następnie wypuszczanie nosem.
- **Biedronka, parasol, sukienka itp.** - przysysanie kolorowych kóleczek poprzez wciąganie powietrza przez rurkę i przenoszenie na obrazek biedronki...
- **Śpioch** - chrapanie na wdechu i wydechu.
- **Rozmowa kukulki i kurki**- wymawianie sylab:ku - ko, ku -ko,uku - oko, uku - oko,kuku - koko, kuku - koko.
- **Ziewanie** przy nisko opuszczonej żuchwie.
- **Lekki kaszel** (język wysunięty - zabawa w "chorego krasnoludka").
- **Chrapanie** na wdechu i wydechu (udajemy śpiące misie).
- **Wciąganie powietrza** (zasysanie) przez słomkę do picia napojów i przenoszenie "przyklejonych" do niej ziarenek grochu, soczewicy, ryżu dmuchanego, małych kartek, kuleczek styropianowych czy drobinek papieru za pomocą słomki.
- **Zabawa "w świnkę"** - chrząkanie (Uwaga! Za długa i za intensywna zabawa może podrażnić gardło!)
- **Gęganie** (gę, gę) przy szeroko otwartych ustach, z językiem leżącym swobodnie przy dolnych siekaczach
- **Chuchanie** ("rozgrzewamy ręce")
- **Energiczne wymowa sylab:** ku :
- **Zabawa "w kukulkę"** - mamy narysowanego ptaka (lub ptaka-zabawkę), który chowa się za różne przedmioty. Zadaniem dziecka jest obserwowanie zwierzęcia i gdy tylko pokarze ono swój łebek, dziecko powinno zareagować głośnym: kuku! kuku!

- **Energiczne wymowa sylab:** *ko Zabawa "w kure"* – chowamy na sali "jajka" (mogą to być kulki z białego papieru, byle by przypominały jajka). Dziecko jest kurą, która szuka swoich jajek. Gdy znajdzie, gdać z radości: ko, ko, ko!

Ćwiczenia oddechowe.

Ćwiczenia oddechowe mają na celu pogłębienie oddechu, rozruszanie przepony, wydłużenie fazy wydechowej, a także zapobieganie takim zjawiskom, jak: arytmia oddechowa, mówienie na wdechu, kolizja między rytmem oddychania a strukturą wypowiedzi.

Przykłady:

- wdech przez nos, wydech ustami;
- unoszenie rąk w górę podczas wdechu, spokojne opuszczanie rąk przy wydechu;
- wykonanie wdechu i zdmuchiwanie świeczki (powoli, szybko) na wydechu;
- wykonanie wydechu wymawiając „s” z jednakową głośnością;
- wykonanie wydechu dmuchając na skrawek papieru (odchylenie papieru musi być cały czas jednakowe);
- wykonanie wydechu wymawiając „s” raz ciszej, raz głośniej;
- wydmuchiwanie baniek mydlanych przez słomkę;
- zdmuchiwanie płomyka świecy przy zwiększanej odległości;
- dmuchanie na kłębuszek waty, papierowe kulki, piłeczki;
- nadmuchiwanie balonów;
- gra na organkach, trąbce, gwizdku.
- dmuchanie na piłeczkę pingpongową, wyścigi piłeczek.
- dmuchanie na kulkę z waty, na wiatraczek.
- chuchanie na zmarznięte ręce.
- naśladowanie lokomotywy – wydmuchiwanie „nadmiaru pary” – ffff, szszsz.
-
- naśladowanie balonika – wypuszczanie powietrza z jednoczesnym odgłosem „sssss”.
- nadmuchiwanie balonika.
- naśladowanie syreny – „eu-eu- eu”, „au-au-au” – na jednym wydechu.
- dmuchanie na piórko, aby nie spadło.

Zabawy:

- *naśladowanie śmiechu różnych osób:*
 - ✓ **Staruszki** – che- che- che.
 - ✓ **Kobiety** – wesole cha- cha- cha.
 - ✓ **Mężczyźni** – rubaszne ho- ho- ho.
 - ✓ **Dziewczynki** – piskliwe, chichotliwe chi- chi- chi.
- **Chłodzenie „gorącej zupy”** – dmuchanie ciągłym strumieniem.
- **Chuchanie na lusterko.** Dzieci obserwują jak lusterko pokrywa się parą.
- **Wąchanie kwiatków.** Dzieci trzymają przed sobą kwiatek i mocno wciągają przez nos powietrze. W ten sam sposób wąchają buteleczkę po perfumach.

- **Wiatraczki.** Każde dziecko otrzymuje wiatraczek i stara się najpierw dmuchać lekko, następnie mocno.
- **Kartka papieru.** Dziecko dmucha na całą kartę papieru, następnie na pociętą.
- **Bańki mydlane.** Każde dziecko otrzymuje słomkę i pojemniczek z wodą mydlaną. Następnie stara się wydmuchać jak największą kolorową bańkę.
- **Łódeczki.** Do napelnionej wodą miski wkładamy papierowe łódeczki. Następnie dzieci dmuchają na nie tak długo, aż łódka znajdzie się na drugim brzegu.
- **Kolorowe plamy.** Na kartonie rozlewamy rzadką farbę akwarelową. Dziecko dostaje słomkę i dmuchając w nią rozdmuchuje farbę w różne strony.
- **Długie literki.** Na wydechu dziecko jak najdłużej ma wypowiadać aaa..., następnie ooo..., uuu..., eee..., yyy..., iii....
- **Lokomotywa.** Dzieci naśladując jadącą lokomotywę naśladują jak: puszcza parę: pssss, szszszsz, fffffff.
 - ✓ jedzie: cz-cz-cz-cz-sz-sz-sz-.
 - ✓ pędzi: tuf,tuf,tuf, to-tak,to-to-tak...
 - ✓ zatrzymuje się na stacji: usz, usz, usz...
 - ✓ hamuje: pssss...
 - ✓ przejeżdża koło osiedla: uhu, uhuuuu...
- **Zabawy ze słomką.** Dzieci zdmuchują papier z gładkiej powierzchni stolika, potem z powierzchni chropowatej; rozdmuchują kaszę, ryż, sól.
- **Chwytające słomki.** Rurki mogą służyć do chwytania(przyciągania na wdechu) różnych lekkich przedmiotów: papierków, gąbki, waty, a nawet piłeczki pingpongowej.

Gimnastyka usprawniająca narządy artykulacyjne i przygotowująca do wymowy głósłki „r”.

1, Ćwiczenia warg:

- cofanie kątów ust i obciążanie zębów, a następnie wypinanie warg do przodu, układając je w „dziób” (jak przy wymowie „y-u”);
- cofanie kątów ust i ukazywanie zębów przez zaokrąglenie warg (jak przy wymowie „o”);
- podnoszenie i opuszczanie dolnej wargi;
- podciąganie obu zwartych warg do górnej i w dół – na przemian;
- cofanie lewego i prawego kąćka ust – na przemian;
- cofanie obu kątów ust równocześnie;
- oblizywanie wargą wargi (górną i dolną na przemian);
- dotykanie górnymi siekaczami dolnej wargi, a dolnymi górnej - na przemian;
- przytrzymywanie siekaczami raz górnej wargi, raz dolnej, z równoczesnym poruszaniem wargą wolną;
- nakładanie warg i poruszanie nimi naśladując królika;
- naśladowanie parskania konia;
- naśladowanie warkotu motoru.

2. Masaż warg:

- przeprowadzanie go przy zwartych siekaczach ruchem okrężnym, a następnie – w dół i w górę (palcem).

3. Ćwiczenia języka:

- wysuwanie języka na zewnątrz jamy ustnej;
- dotykanie końcem języka nosa, podbródka – na przemian;
- poruszanie językiem z lewa na prawo, dotykając czubkiem języka kątów ust;
- dotykanie językiem górnych zębów w wewnątrz i z zewnątrz;

- oblizywanie językiem zębów ruchem okrężnym przy zwartych wargach;
- lizanie podniebienia przy otwartych ustach;
- zlizywanie miodu lub zagęszczonego mleka ze spodeczka;
- zmienianie układu języka z wąskiego na szeroki;
- dynamizowanie mlaskania i cmokania;
- ssanie landryn i żucie gumy;
- dynamiczne wymawianie: lalalalala ---- llllllllll;
- dynamiczne wymawianie: ddddddd----- dt,dt,dt,ddtddtddtddtddt.

Zabawy logorytmiczne dla dzieci w wieku przedszkolnym.

Ćwiczenia lokomocyjne;

Logorytmika jest dziedziną wiedzy stosującą elementy gimnastyczne; zajmującą się kształceniem piękna ruchu, by na bazie ćwiczeń muzyczno-ruchowych stosować ćwiczenia słowno-ruchowe, których składnikiem wiodącym jest rytm.

Przykłady zabaw dla dzieci młodszych

- **Wesołe i smutne kotki.**
Dzieci – „koty” śpią na dywaniku w dowolnej pozycji, a gdy usłyszą muzykę „Wlazł kotek...” w wesołe lub smutne, chodzą na czworaka po całej sali, naśladując głos małego kotka: miau, miau, miau, miau....Na przerwę w muzyce kotki zasypiają.
- **Kwoka i kurczątko.**
Prowadzący gra na grzechotce, dzieci – „kurczątko” spacerują po sali, machając małutkimi skrzydełkami i wydając głosy: pi, pi, pi, pi. Na przerwę w akompaniamencie i głos nauczycielki, która naśladuje „kure”, nawołującą swoje dzieci: ko, ko, ko, ko...., kurczątko gromadzą się wokół mamy i cichutko przykucają. Zabawa powtarza się kilka razy, rolę kury może przyjąć jedno z dzieci.
- **Obudź misia.**
Dzieci - misie siedzą skulone na podłodze i śpią (pochrapując). Na sygnał muzyczny misie budzą się, przeciągają i cicho mruczą (przedłużona wymowa spółgłoski „m”), przesuując jednocześnie palcami po wargach i skrzydełkach nosa, wyczuwając ich drganie. Po chwili misie znów zapadają w sen. Ćwiczenie należy powtórzyć.
- **Mucha.**
Dzieci leżąc na plecach, wypowiadają w różnym tempie tekst, poruszając przy tym rączkami i nogami tak, jakby chodziły na czworaka: Chodzi mucha po suficie, a czy wy tak potraficie?

- **Pszczoły i kwiaty**

Dzieci są podzielone na dwie grupy - pszczoły i kwiaty. Dzieci - kwiaty rozproszone są po sali w siadzie klęcznym. Pszczoły - przy dźwiękach grzechotki - fruwią wokół kwiatów, bzyząc przeciągle. Na dźwięk trójkąta pszczoły przykucają obok kwiatów, które „rozwijają się” - dzieci wstają, wyciągają ręce w górę. Następuje zamiana ról i powtórzenie zabawy.

- **Moja Ulijanko**
- **Stary niedźwiedź**
- **Mam chusteczkę**
- **Uciekaj myszko**
- **Kółko graniaste**
- **Balonik**
- **My jesteśmy krasnoludki**
- **Pingwinek**
- **Tańczymy Labada**
- **Dwóm tańczyć się zachciało itp.**

Dzieci ilustrują ruchem treść znanych im piosenek i zabaw muzycznych.

- **Samochody**

Dzieci kucają na plastikowych krążkach w oczekiwaniu na dany sygnał – dźwięk tamburyna. Gdy pojawi się dźwięk „samochody” rozpoczynają jazdę i poruszają się w dowolnych kierunkach, a w momencie mijania się trąbią – piiip, piiip, piiip...; tidi, tidi, tidi... Odmianą zabawy jest to, że „samochody” będą poruszać się i zatrzymywać na sygnały wzrokowe (zielony krążek – „jedź”, czerwony – „zatrzymaj się”).

- **Na łące**

Dzieci podzielone na trzy grupy: „świerszcze”, „żaby”, „pszczoły” – stoją w luźnych gromadkach. Każda grupa wywoływana jest do poruszania się innym akompaniamentem. Na dany sygnał, np. kłaśniecie – „świerszcze” wykonują długie skoki i wydają głosy – cyk, cyk, cyk...; Pozostałe dzieci kucają. Potem zmienia się sygnał, np. uderzenie w bębenek to znak dla „żabek”, które skaczą i wołają – kum, kum, kum..... Trzeci sygnał, np. gra na grzechotce wywołuje „pszczoły”, które biegają drobnymi kroczkami i machają małymi skrzydełkami, bzykając – bzzzzz, bzzzzz, bzzzzz..... Kolejność poszczególnych sygnałów czy zmiana melodii wywołujących poszczególne grupki dzieci jest różna, co zmusza do uważnego słuchania i szybkiego reagowania.

- **Siała baba mak**

Dzieci stoją w kole i kierując się w prawą stronę, wykonują umówione ruchy, wypowiadając tekst: Siała baba mak, (1 krok – lewą nogą, 2 – prawą, 3 – lewą, 4- lekkie przygięcie obu kolan) nie wiedziała jak. (trzy kroki do przodu jak wyżej) Dziadek wiedział, nie powiedział, (bieg wokół własnej osi – 8 kroków) A to było tak”. (trzy kroki do tyłu, przygięcie kolan).

- **Stop – bęc – hop**
Dzieci poruszają się rytmicznie w dowolnych kierunkach po sali przy muzyce marszowej. Podczas przerwy prowadzący podaje komendę, dzieci powtarzają jej brzmienie i wykonują umówione ruchy:
stop – zatrzymanie się w bezruchu,
bęc – przykucnięcie,
hop – podskok z wyrzutem rąk w górę.
Komendy powtarzają się w różnej kolejności i mogą być łączone. Przerwy w odtwarzaniu melodii są krótkie.

- **Pada deszcz i świeci słońce na majowej łące - zabawa z wykorzystaniem gazet.**
Każde dziecko trzyma w rękach arkusz gazety. Dzieci poruszają się po sali przy muzyce, wyobrażając sobie, że znajdują się na łące - świeci słońce, ptaki pięknie śpiewają, więc dzieci są wesole, podskakują, głęboko oddychają świeżym powietrzem. Nagle pogoda zmienia się (dzieci naśladują prowadzącego):
wieje lekki wiatr: dmuchanie w gazety,
wieje silny wiatr: machanie gazetami,
pada deszcz – mżawka: delikatne stukanie w gazetę jednym palcem; większe krople: stukanie mocniejsze, ulewa – uderzanie całymi dłońmi o podłogę,
ukrycie się przed deszczem pod liściem – gazetą,
burza – machanie gazetami nad głową, klaśnięcie w dłonie z gazetą.
omiń kałuże - przeskakiwanie przez rozłożone gazety.

Po zabawie dzieci kładą się na plecach i słuchają odgłosów łąki (muzyka). Wykonują też ćwiczenia oddechowe - wciągają powietrze nosem i wydychają ustami, obserwując unoszenie się i opadanie klatki piersiowej.

- **Pociąg**
Dzieci podzielone są na trzy grupy (np. poprzez odliczanie kolejno do trzech). Każda grupa ma inny tekst do powtarzania. Grupa pierwsza mówi:
„Jedziepociąg, jedziepociąg”, druga – „Coraz prędzej, coraz prędzej”, trzecia – „Ciuch, ciuch, ciuch, ciuch”. Po ustaleniu tekstów dzieci tworzą pociąg (naprzemiennie: osoba z grupy pierwszej, osoba z grupy drugiej, osoba z grupy trzeciej). Prowadzący podaje sygnał do odjazdu i pociąg rusza.

- **Kwiaty na łące**
Pozycja wyjściowa siad skrzyżny w kole, głowa schowana na kolanach, ręce przykrywają głowę. Włączona, spokojna muzyka pełni rolę słońca - nagrzane „pąki” rozchylają się, unosząc główki i ręce coraz wyżej. Kiedy słońce chowa się za chmury (muzyka jest coraz cichsza) – kielichy się zamykają, aż do pozycji wyjściowej (pauza).

- **Wiatr**
Dzieci chodzą między woreczkami rozłożonymi w Sali. W tle słychać muzykę z odgłosami wiatru. Gdy jest spokojna, dzieci chodzą na palcach w umiarkowanym tempie. Nagle zrywa się wichura, dzieci biegną w różnych kierunkach robiąc obroty z uniesionymi rękami w górze dookoła siebie. Gdy muzyka cichnie kładą się na dywanie i turlają się po nim jak listki.

- **Chmurka**

Dzieci chodzą po sali naśladowując płynące chmurki na niebie, cicho wypowiadając sylabę „szuuuuuuuu”. Aby nie zderzyć się z inną chmurą omijają leżące woreczki na podłodze. Na dźwięki bębenka i słowa nauczycielki „Burza”, dzieci w wyznaczonym miejscu kucają i głośno mówią; bum, bum, bum. Sygnał dźwiękowy (grzechotka) oznacza, że dzieci znów swobodnie poruszają się po sali mówiąc cicho słowa; szuuuuuuuu.

- **Balonik**

Każde dziecko otrzymuje balonik do nadmuchania. Po nadmuchaniu nauczycielka przebija go szpilką. Po tym dzieci naśladowują balony- nabierają dużo powietrza i udają, że pękają, kładą się na dywanie i swobodnie oddychają przez nos, rozluźniając swoje mięśnie.

- **Pieczemy ciasto**

Dzieci siedzą w kole i naśladowują pieczenie ciasta. Wsypują mąkę do miski, mieszając obiema rękoma. Następnie wrzucają jajka- jedna ręka bierze jajko a druga skorupki wyrzuca za siebie. Aby ciasto się upiekło musimy je dobrze ugnieść, dlatego naśladowujemy gnienie ciasta wykonując ruchy naprzemiennie – raz jedna ręka, raz druga.

Systematyczne prowadzenie ćwiczeń logopedycznych przyczyni się do poprawy mowy dzieci, doda im pewności siebie, zmniejszy, a może nawet wykluczy ewentualne trudności w późniejszej nauce szkolnej. Ćwiczenia takie mogą być prowadzone niemal w każdym momencie zajęć przedszkolnych.

OPOWIADANIA LOGOPEDYCZNE DLA DZIECI 3 I 4 LETNICH

WIEWIÓRKA SPRZĄTA SWOJE MIESZKANIE

Gdy rano zabłysło słońce,
wiewiórka rozejrzała się po swojej dziupli
(przesuwanie językiem po podniebieniu górnym, wewnętrznych ścianach policzków, podniebieniu dolnym).

Zauważyła duży bałagan.
Postanowiła zrobić porządek.
Zaczęła od odkurzania sufitu dziupli
(„malowanie” podniebienia czubkiem języka, przy szeroko otwartych ustach).

Posprzątała w szafie i w szufladach. Zdjęła też firanki
(liczenie czubkiem języka górnych zębów, przy szeroko otwartych ustach)
i włożyła je do pralki
(motorek wargami).

Po chwili pralka zaczęła płukanie firan
(„przepychanie” powietrza wewnątrz jamy ustnej).

Wiewiórka zmiotła też kurz i pajęczyny ze ścian
(przesuwanie czubkiem języka po wewnętrznej ścianie policzków)
oraz dokładnie odkurzyła podłogę
(„malowanie” dna jamy ustnej czubkiem języka).

Rozwiesiła czyste firanki
(ponownie liczenie czubkiem języka górnych zębów).

Wiewiórka była bardzo zadowolona z wykonanej
pracy, cmoknęła radośnie
(cmokanie z zaokrąglonymi wargami)

i szeroko uśmiechnęła się
(rozciągnięcie ust w szerokim uśmiechu).

Dumna wyjrzała z dziupli i rozejrzała się wokoło
(oblizywanie warg ruchem okrężnym).

Spojrzała w górę
(wysuwanie czubka języka w kierunku nosa),

spojrzała w dół
(wysuwanie języka na brodę).

Rozejrzała się też w prawo
(przesuwanie czubka języka do prawego kącika ust)

i w lewo
(przesuwanie czubka języka do lewego kącika ust).

Wszędzie był porządek, w oddali słychać było biegnącego konika
(kląskanie językiem)

i śpiewające ptaki
(gwizdanie, naśladowanie głosów ptaków).

Zrobiło się późno. Za oknami zapadł zmrok. Po tak wyczerpującej pracy wiewiórka poczuła się głodna, więc na kolację zjadła orzeszka, który jej bardzo smakował
(przesuwanie opuszczonej żuchwy w prawo i lewo, mlaskanie).

Wiewiórce zrobiło się zimno, więc musiała się ogrzać
(chuchanie na ręce).

Zmęczona i śpiąca
(ziewanie, przy nisko opuszczonej żuchwie)

położyła się do łóżeczka i oddychała głęboko
(wdech przez nos, wydech przez usta i wymawianie przy tym: aaaa..., uuuu...),

aż zasnęła.

PIKNIK

Dzień był bardzo pogodny. Miś Uszatek, Króliczek i Prosiaczek postanowili zaczerpnąć świeżego powietrza, więc zaplanowali udać się do lasu na piknik. Uszatek przygotował koszyk wypełniony po brzegi przysmakami **(robimy z języka „koszyk” – boki i przód języka unosimy do góry tak, aby na środku powstało wgłębienie)**. Króliczek zabrał duży koc **(wysuwamy szeroki język na brodę)**.

Kiedy wszystko było już gotowe ruszyli do lasu **(wypowiadamy: tup, tup)**. Podążając leśnymi ścieżkami obserwują skaczące **(dotykamy czubkiem języka na przemian górnych i dolnych zębów zaczynając od lewej strony)** po gałęziach drzew wiewiórki z puszystymi ogonkami. Kiedy dotarli na leśną polanę rozłożyli koc **(wysuwamy szeroki język na brodę)**. Zmęczeni drogą rozsiadają się wygodnie na kocu i zabierają się do jedzenia pyszności z koszyka **(oblizujemy wargi ruchem okrężnym)**.

Kiedy już się posilili, postanowili pospacerować po lesie. Miś Uszatek dostrzegł kilka dorodnych grzybów, które delikatnie zerwał i włożył do opróżnionego wcześniej koszyka **(robimy koszyk z języka - boki i przód języka unosimy do góry tak, aby na środku powstało wgłębienie)**. Króliczek nie miał szczęścia do grzybów, ale pod jednym bardzo dużym drzewem zauważył norę lisa **(otwieramy buzię szeroko i cofamy język jak najdalej do tyłu)**. Był tym odkryciem tak poruszony, że natychmiast pobiegł **(dotykamy kolejno zębów górnych potem dolnych, zaczynając od prawej strony)** o wszystkim powiedzieć przyjaciołom.

Kiedy tak spacerowali po lesie zaczęło się ściemniać, więc z uśmiechem na twarzy **(uśmiechamy się bardzo szeroko nie pokazując zębów)** udali się w drogę powrotną do domu.

URODZINY KUBUSIA PUCHATKA

Nadszedł dzień urodzin Kubusia Puchatka. Jego przyjaciele ze Stumilowego Lasu wraz z Krzysiem postanowili zorganizować dla niego przyjęcie niespodziankę. Krzyś zajął się przyrządzeniem tortu urodzinowego. W wielkiej misce ubił pianę z jajek (**wykonujemy obroty językiem, najpierw w prawo, później w lewo**), dodał do niej mąkę (**wysuwamy wąski język jak najdalej do przodu**) i proszek do pieczenia (**wysuwamy wąski język jak najdalej do przodu**). Następnie całość przełożył do blaszki i wstawił do piekarnika (**wypychamy dolne zęby językiem**). Kiedy ciasto było już gotowe Krzyś posmarował je masą miodową (**przesuwamy językiem po podniebieniu od zębów w kierunku gardła i z powrotem**).

Po południu wszyscy razem zapukali do Kubusia Puchatka (**wypowiadamy: puk, puk**). Na widok przyjaciół i tortu urodzinowego Kubuś bardzo się ucieszył (**uśmiechamy się szeroko, nie pokazując zębów**). Po wysłuchaniu głośnego Sto Lat, szybko zdmuchnął świece na torcie (**wdychamy powietrze nosem, a następnie wypuszczamy ustami**) i zabrał się do jego krojenia. Krzyś pomógł mu poczęstować urodzinowym ciastem przyjaciół. Wszyscy jedli tort ze smakiem (**oblizujemy się**). W końcu nadeszła chwila, której Kubuś nie mógł się doczekać, a mianowicie rozpakowywanie prezentów. Szybko, więc odkleił wstążeczki, którymi były zapakowane (**przyklejamy język do podniebienia i odrywamy go z głośnym mlaśnięciem**).

Przyjęcie urodzinowe podobało się każdemu, szczególnie uradowany był Kubuś Puchatek, że mógł tak miło spędzić swoje urodziny i że przyjaciele go nie zawiedli.

wylatującą z pobliskiego lasu, by na łące odnaleźć coś pysznego do schrupania **(kra kra kra)**. Czekał. Aż wreszcie przyszedł ten wspaniały dzień, kiedy zarośniętą wąską ścieżynką na górę, wspinał się człowiek. Wędrowiec zmęczony widocznie długą podróżą głośno sapał **(dziecko udaje bardzo zmęczone, wysuwa język jak najdalej i dyszy)**.

Obydwaj - człowiek i dom, nie różnili się zbytnio. Człowiek odzież miał potarganą i połataną, włosy na głowie zmierzwione wiatrem **(szszszsz)** i wzrok zasępiony. Ujrzał dom stojący na wzgórzu i uśmiechnął się leciutko, sam do siebie - To moje schronienie na dziś - pomyślał. Jutro ruszę dalej w świat **(dziecko naśladuje kroki wędrowca - tup tup tup)**. Taki już ze mnie wędrowiec, taki mój los. Dobrze, że choć dziś mam jakiś dach nad głową, gdyby tak w nocy padał deszcz **(kap kap kap)** - Podeszedł bliżej i długo przyglądał się chałupince.

- Oj! Dobrze schronienie to nie jest. Wiatr hula **(szszszsz...)**, tak na zewnątrz, jak i pewnie w środku - Ale, że był bardzo znużony, legowisko sobie z trawy wymościł i usnął. A gdy spał, nieproszeni goście zjawili się na progu. Rudy lis - Wszędzie łazik poczuł zapach człowieka i zaciekawiony zagląda do środka. Zdziwił się opornie, bowiem dawno już nikt tutaj nie zaglądał! **(ooo... lis udaje zdziwienie - dziecko otwiera usta najszerszej jak potrafi)**.

- Jestem domem, muszę bronić mojego mieszkańca - pomyślał domek i choć mu to wiele wysiłku sprawiło, aby drzwi przymknąć - poruszył przerdzewiałymi zawiasami **(wrrrrrrr....)** i lisek jak niepyszny musiał się do lasu wynieść. Domek odetchnął z ulgą **(ufffff.....)**, że udało mu się wyprosić nieproszonego gościa.

Wiatr przelatywał obok **(szszszsz...)** i jak co wieczór, chciał pohasać sobie i okiennicami potrzaskać. Ale zdumiony zatrzymał się, gdy zobaczył, jak domek bez jego pomocy, okiennice przemyka **(klap klap)**.

- Jestem domem - Tu śpi człowiek, nie wpuszczę cię do środka wietrze.

Chmury zasłoniły księżyc i przyniosły z sobą deszcz. Bębnią krople po dziurawym dachu **(kap kap kap)**, do środka chcą się dostać.

- Jestem domem i choć dach dziurawy, muszę osłonić mego mieszkańca - Całym wysiłkiem, tak resztki dachu nagiął, aby osłonić człowieka.

Kiedy nastał świt człowiek otworzył oczy. Wyszedł przed dom i patrzy na blask wschodzącego słońca. - Ładnie tutaj - pomyślał sobie - Choć kilka dni tu się zatrzymam, odpocznę trochę. Dom obszedł dookoła, stare narzędzia znalazł i je ogląda. Na dom popatrzył i żal mu się zrobiło - ten dom, taki jak ja - pomyślał - serce zaczęło mu szybciej bić (**pik pik pik**) - ja sam... on sam. Zostanę tutaj, różniej nam będzie we dwóch. Najpierw drzwi naprawił stukając gdzie trzeba znalezionym młotkiem (**dziecko próbuje zamienić język w młotek i uderza o dziąsła tuż za górnymi zębami, naśladując wbijanie gwoźdźca**), w dachu dziury pozatykał. Później nawiasy zreperował w oknach. Najtrudniej było z szybkami, bo rozbitych już się nie da posklejać. Ale i na to znalazł sposób. Nazbierał jagód rosnących w lesie, poszedł na dół, do miasta i za sprzedane jagody, nowe szyby kupił. Radość w nim rosła (**hip, hip - okrzyk radości**), że swój mały kącik na ziemi znalazł i choć ubogi, ale przecież mu przyjazny. Dzień mijał za dniem, a mała chałupinka nabierała nowego blasku. A i człowiek wyglądał teraz inaczej. Biednie, ale czysto ubrany, dziury w ubraniu zacerowane, a na twarzy radosny uśmiech. Człowiek z czasem wprowadził do domku kilka zwierząt, bo przecież życie ze zwierzętami na łonie natury jest o wiele bardziej przyjemne i tak, niebawem w gospodarstwie byłego wędrowca pojawiło się: kilka kur (**ko ko ko ko - cofanie języka, mówienie rytmiczne**), uparty osioł (**ija, ija - artykulacja miękkiej spółgłoski, zaciskanie zębów przygotowujące do wypowiedzania innych głosek miękkich**), krowa (**muuu... - wydłużanie fazy wydechowej, wysuwanie warg do przodu**), koń (**kląskanie językiem lub ihahaha... - gimnastyka języka i warg, przy ustach otwartych, widać rozciągnięte pod językiem wędzidełko**), koza (**meee... - wydłużanie fazy wydechowej, rozciąganie warg w uśmiechu**) i pies (**hauf hauf - wzmocnienie akcentu, zaczątek zdań wykrzyknikowych i rozkazujących**).

Po jakimś czasie swoje schronienie odnalazł tutaj także kot Łaciatek (**miau - wzmocnienie melodii mowy, wyraz może być zaczątkiem zdań pytających miauu?**). I tak już zostało. Czuli się razem dobrze. Człowiek z domem - a dom z człowiekiem.

JEZYCEK WĘDROWNICZEK

Język wybrał się na wycieczkę do lasu. Pojechał tam na koniku (**kląskanie językiem**). Na łące zostawił konia (**prrrr**). Następnie rozejrzał się dookoła (**język ruchem okrężnym oblizuje wargi**). Potem wszedł do lasu (**język chowamy w głąb jamy ustnej**). Przeszedł las wzdłuż (**język przesuwamy po podniebieniu w stronę jamy gardłowej**) i wszsz (b) (**przesuwamy język za zębami dolnymi i górnymi**). A wtedy przedarł się przez gęstwinię krzewów i drzew (**język przeciskamy przez zaciśnięte zęby**). Zauważył, że zrobiło się ciemno. Rozejrzał się w prawo i w lewo, spojrział w górę i w dół (**język przesuwamy z jednego końca ust do drugiego, potem sięgamy nim nosa i brody**). Wsiadł na konia i pojechał do domu (**kląskanie językiem**).

OSIOŁEK

Na polanie bardzo smacznie spał sobie osiołek (**chrapanie**). Gdy nastał ranek, osiołek się zbudził, bardzo szeroko otworzył buzie i ziewał (**ziewanie**). Nagle poczuł się głodny. Nagrał więc sporo trawy do pyska (**otwieranie i zamykanie ust**). I dokładnie zaczął żuć (**żucie**). Po swoim śniadaniu osiołek oblizuje ząbki, żeby były czyste - każdy ząbek po kolei (**przesuwamy językiem po zębach**). Jedno źdźbło przykleiło mu się do podniebienia, trzeba je koniecznie oderwać (**przesuwamy językiem po podniebieniu**). Osiołek po swoim jedzeniu biega po polanie (**kląskanie**). Zmęczony osiołek podchodzi do strumyka i pije wodę (**język zwinięty w rurkę**). Przed nocnym spaniem osiołek dokładnie myje każdy ząbek (**język przesuwamy po wewnętrznej i zewnętrznej ścianie zębów**) oraz policzki (**język przesuwamy po wewnętrznej stronie policzków**).

MALOWANIE

Malarz maluje sufit (**przesuwamy język po podniebieniu od zębów w głąb jamy ustnej**). Zamalowuje plamy w kilku miejscach (**czubkiem języka dotykamy kilka razy podniebienia**). Następnie maluje ściany (**przesuwamy językiem po wewnętrznej powierzchni policzków**) - najpierw jedną potem drugą. Została jeszcze do pomalowania podłoga (**opuszczony jak najniżej język przesuwamy się po dolnych dziąsłach**), oraz przedpokój (**przesuwamy językiem po zewnętrznej stronie zębów**). Na koniec malarz pomalował okno (**oblizujemy językiem wargi**).

WYJAZD NAD MORZE

Zając Cezary i miś Gabryś wygrzewali się na słońcu. Był upalny lipcowy dzień.

– Och, jak miło – westchnął Cezary i przeciągnął się na kocu.

– Nie lubię lata – narzekał miś (***Przesuwamy złączone usta raz w prawo, raz w lewo***) – jest ciepło – uff... – duszno – uff... – i nudno (***Robimy smutną minę: układamy usta w podkowę***). Podczas upałów zawsze robię się senny (***Szeroko ziewamy***).

– Hmm... – zastanowił się Cezary (***Unosimy język do góry i na kilka sekund przyklejamy go do podniebienia***). – Może masz ochotę na małą wycieczkę?

– Ooo... tak! – wykrzyknął uradowany miś. – Bardzo chętnie! Tylko dokąd? (***Dotykamy czubkiem języka raz prawego, raz lewego kącika ust***).

– Na przykład nad morze – zaproponował zając.

– Ojej! Nigdy nie widziałem morza. Jak ono wygląda? Czy jest duże?

– Tak, ogromne (***Szeroko otwieramy buzię***) i bez ustanku szumi

– ***SZSZSZ... SZSZSZ... SZSZSZ...***

– Naprawdę? – zdziwił się miś. – W takim razie już idziemy.

– Ha, ha, ha – serdecznie zaśmiał się Cezary. – Misiu, morze jest daleko. Nie zdołasz tam dojść.

– Hmm... Jak się tam dostaniemy? – zastanawiał się miś (***Rozchylamy lekko usta i bardzo szybko machamy językiem od prawego do lewego kącika ust***). – Może poprosimy o pomoc konika Kasztanka? On ma bardzo mocne kopytka (***Energicznie klaszczemy językiem o podniebienie, naśladując tętent koński***).

– Nic się nie martw, Gabrysiu. Pojedziemy nad morze pociągiem.

– Właśnie, pociąg! Nie pomyślałem o nim! (***Robimy zawstydzoną minę: zęby łączymy, dolną wargę opuszczamy***).

– Biegnij do domu, misiu. Jutro rano wyruszamy – zarządził zając.

– Hurra, hurra! – zawołał uszczęśliwiony miś i szybko pobiegł do swojej chatki – ***tup, tup, tup***. Biegnie – ***tup, tup, tup*** – patrzy, a tu tygrysek Urwisek bryka po łące – ***hops, hops, hops***.

– Hej, hej! Tygrysku! – zawołał uszczęśliwiony miś. – Nigdy nie zgadniesz, dokąd jutro jadę! Jest duże i robi ***SZSZSZ... SZSZSZ...***

– ***Hmmm...*** Duże i robi ***SZSZSZ... SZSZSZ...***? Co to może być? Jezioro?

– Nie...

– Już wiem! Morze!

– Tak! Jedziemy z Cezarym nad morze! – potwierdził miś z zapałem.

– Och, ale wam dobrze. Jak myślisz, czy ja też mógłbym pojechać?

– Oczywiście, tygrysku. Zając bardzo cię lubi, na pewno nie będzie miał nic przeciwko, abyś jechał z nami.

– To wspaniale! Kiedy wyruszamy?

– Jutro rano. Spotkajmy się o dziewiątej przy tym dużym dębie.

– W porządku. Już biegnę się pakować – powiedział tygrysek i radośnie pobrykał do swojego domku – ***hops, hops, hops***.

Następnego dnia przyjaciele spotkali się na polanie. Wszyscy byli bardzo szczęśliwi.

Tylko zajączek wyraźnie był czymś strapiiony. Siedział pod drzewem i nerwowo chrupał swoją marchewkę – ***chrup, chrup, chrup***.

– Ojoj, ojoj – mrucał pod nosem – nie wiem, czy wyłączyłem czajnik. Tak bardzo się spieszyłem...

– Zajączku, pociąg za chwilę odjeżdża, nie będzie na nas czekał. Jestem pewien, że dobrze zamknąłeś chatkę i na pewno zdjąłeś czajnik z pieca – uspokajał go Urwisek.

– Hmm... Obyś się nie mylił, tygrysku. Co jednak będzie, jeżeli czajnik nadal stoi na ogniu i woda się gotuje – **bul, bul, bul** – a biedny gwizdek wciąż gwizdże? (*Gwizdzemy*).

– Cezary bardzo się zasmucił (*Robimy smutną minę: usta układamy w podkową*), usiadł na trawie i znów zaczął nerwowo chrupać marchewkę – **chrup, chrup, chrup**.

– W takim razie wracamy – westchnął tygrysek.

– A co z naszą wycieczką? – zmartwił się Gabryś (*Robimy smutną minę: usta układamy w podkową*).

– Niestety, misiu, będziemy musieli zrezygnować z wycieczki. Gabryś usiadł na trawie i rozplakał się (*Unosimy język do góry, przyklejamy go do wałka dziąsłowego i wymawiamy długie „l”*).

– A-fee... Misiu, jesteś strasznym egoistą! – skarcił go Urwisek (*Nadymamy policzki i robimy groźną minę*). – Nie możesz myśleć tylko o sobie!

– Tak się cieszył, że zobaczy morze – bronił Gabryśa zając. – Urwisku, nie miej mu tego za złe. Wróć do chatki, a wy pojedziecie sami.

– W żadnym wypadku! – zawołał Gabryś. – Zobacz, zajączku, już nie płaczę. Albo pojedziemy wszyscy, albo nikt!

– To mi się podoba! – zawołał Urwisek. – Misiu, jesteś bardzo dzielny!

Powoli poszli do chatki Cezarego. Szli: zając – **kic, kic, kic** – Gabryś – **trep, trep, trep** – Urwisek – **hops, hops, hops**. Doszli już do starej wierzby, gdy nagle zobaczyli wróbla Huberta.

– Ćwir, ćwir, dzień dobry – przywitał się ładnie wróbelek. – Dlaczego jesteście tacy smutni? Ćwir, ćwir, może pomóc?

– Zostawiłem czajnik na piecu – powiedział zmartwiony zajaczek (*Układamy wargi w podkową*).

– Ćwir, ćwir, wcale nie! Ćwir, ćwir, przelatywałem przed chwilą koło twojego domku. Bałem się, że jeszcze śpisz, więc zajrzałem przez okno do chatki.

– Iii...? Widziałeś mój piec? Jesteś absolutnie pewny, że nie było na nim czajnika?

– O tak, ćwir, ćwir, jestem pewny (*Kiwamy głową i wysuwamy do przodu usta*).

– W takim razie biegnijmy, przyjaciele! – zawołał uradowany Cezary.

– Może jeszcze zdążymy na pociąg!

– Dziękujemy ci, wróbelku! – zawołał tygrysek i uśmiechnął się serdecznie do wróbelka (*Uśmiechamy się szeroko: zęby lekko łączymy, wargi rozciągamy*), Gabryś zaś i Cezary posłali mu piękne całusy – cmok, cmok (*Przesyłamy całuski: usta zaokrąglamy i wysuwamy do przodu*).

– Ćwir, ćwir, polecę z wami i odprowadzę was na pociąg. Szybciutko podążyli w kierunku stacji. Zając kicał – **kic, kic, kic**

– Gabryś tupał – **tup, tup, tup** – Urwisek skakał – **hops, hops, hops** – wróbelek frunął – **frrr... frrr... frrr...** W końcu przybyli na miejsce. Byli bardzo zmęczeni, usiedli więc na ławeczce (*Daleko wysuwamy język na brodę*).

– Spokojnie – wysapał Urwisek – pociągu jeszcze nie ma. Ufff... Już myślałem, że nie zdążymy.

- Ojjoj... - zmartwił się Cezary. - A jeżeli pociąg już odjechał? Ojjoj...
- Nie panikuj, zajączku - uspakajał go Urwisek. - Zobaczysz, że pociąg lada chwila wtoczy się na stację - **puf, puf, puf** - wesoło zagwizdże - **uuu, uuu** - i szybciotko zabierze nas nad morze - **CZ-CZ-CZ, CZ-CZ-CZ, CZ-CZ-CZ**.
- Obyś miał rację, tygrysku.
Mijały minuty. Zegarek Cezarego nieubłaganie odmierzał czas - **tik-tak, tik-tak**. Na próżno nasi przyjaciele spoglądali to w prawo, to w lewo (**Dotykamy czubkiem języka raz prawego, raz lewego kącika ust**). Wszystko wskazywało na to, że pociąg już odjechał.

KRASNOLUDEK

Krasnalek był chory i leżał w łóżeczku i przyszedł pan doktor

- Jak się masz krasnaluku?

Krasnalek kaprysi, ziewa, nie chce jeść, nie chce pić. Chyba się przeziębził:

- Ziewa szeroko z opuszczoną nisko dolną szczęką: **(aaaaaaaaaaa)**

- Nie chce jeść i bardzo chudnie: **(wciąganie policzków)**

- Kaszle: **(z wysuniętym na zewnątrz językiem)**

- Chętnie ssie smoczek: **(naśladowanie odruchu ssania)**

- Bardzo marudzi: **mmmm (murmurando)**

Wzywamy pogotowie, pogotowie jedzie: **eo, eo, au, au, ay, ay, iu, iu, yu, yu**

Pan doktor zaleca:

- Płukanie gardła **(gulgotanie)**

- Połykanie pastylek **(naśladowanie połykania)**

- Oglądanie gardła w lusterku **(podczas wymawiania samogłosek)**

Krasnalek zmęczony zabiegami ziewa **(szeroko)**, ziewa i usypia:

- Chrapie **(na wdechu)**

- Chrapie **(na wydechu)**

Budzi się. Będzie brał inhalacje:

- Zaciska na przemian dziurki nosa **(w tym czasie oddycha wolną dziurką)**

- Wdycha powietrze nosem - wydycha ustami.

Krasnalek czuje się już lepiej- sprawdza czy gardło go jeszcze boli

Trzyma ręką gardło i wymawia sylaby **(przy szeroko otwartych ustach):**

ga go ge gu gy

ka ko ke ku ky

oko eke uku aku

ago ego ugu ogo

ga go ge gu gy

Zdrowy krasnoludek ma apetyt, zamyka usta i żuje coś smacznego **(naśladowanie żucia)**. Po posiłku krasnal dostał czkawki:

Ap-ap, op-op, up-up, ep-ep, yp-yp, ip-ip.

Kiedy czkawka minęła postanowił pobawić się kolorowymi skrawkami papieru, które zdmuchiwał z blatu stołu. Papierki frunęły daleko, bo krasnal dmuchając na nie mówił:

pa, po, pe, pi, pu, py (moment zwarcia przy p przedłużyć). Kiedy buzia mu się

zmęczyła postanowił dmuchać na papierki przez nos.

BOŻE NARODZENIE W DOLINIE MUMINKÓW

Zbliża się Boże Narodzenie. Pada śnieg (***dotykamy czubkiem języka różnych miejsc na podniebieniu***). Jest bardzo zimno (***wypowiadamy: brr, brr***). Tata Muminka z Muminkiem idą na targ po choinkę (***czubkiem języka dotykamy kolejno wszystkich zębów najpierw górnych potem dolnych***). Wybierają bardzo wysokie drzewko (***językiem próbujemy dotknąć nosa, pokazując jak wysokie jest drzewko***), które ma dużo gęsto ułożonych gałązek (***„liczymy gałązki” – dotykamy czubkiem języka wszystkich zębów po kolei, najpierw dolnych, potem górnych***).

W tym samym czasie Mała Mi i Migotka przygotowują kolorowe ozdoby na choinkę. Wycinają z kolorowego papieru barwne pawie oczka i aniołki (***naśladujemy nożyczki – na przemian rozciągamy wargi w uśmiechu i układamy je w „dzióbek”***). Kiedy tylko choinka zostaje ustawiona obok wigilijnego stołu wszyscy wspólnie wieszają na niej wykonane przez siebie ozdoby, bombki i kolorowe lampki (***„wieszamy ozdoby na choince” – dotykamy językiem ostatnich zębów dolnych i górnych***).

Z kuchni dochodzą przeróżne zapachy (***wciągamy nosem powietrze i wypuszczamy je ustami***), to Mama Muminka przygotowuje pyszne świąteczne potrawy. Najpierw zajęła się lepieniem pierogów z kapustą i grzybami (***wargę dolną nakładamy na górną i odwrotnie***), później przyrządza karpia w galarecie (***układamy usta w „pyszczek”***). Następnie miesza w dużej misie kluski z makiem (***obracamy językiem na przemian w prawo i w lewo***). Kompot z suszu już ugotowany.

Wszystko już gotowe do wieczerzy wigilijnej. Cała rodzina Muminka, a także jego przyjaciele Mała Mi i Włóczykij zbierają się przy wigilijnym stole. Nadchodzi czas składania życzeń (***puszczamy buziaczki***). Po tych radosnych, pełnych wzruszenia chwilach, wszyscy zasiadają do stołu i spożywają przygotowane przez Mamę Muminka pyszne potrawy, które wszystkim bardzo smakują (***oblizujemy usta ruchem okrężnym***). Po kolacji wigilijnej nadchodzi czas rozpakowywania prezentów. Każdy z ciekawością rozwiązuje wstążki (***przyklejamy język do podniebienia, następnie odrywamy go z głośnym mlaśnięciem***), zagląda do pudełka i pokazuje, co jest w środku (***otwieramy szeroko buzię i jak najdalej cofamy język do tyłu***).

Świąteczna atmosfera panuje w domu Muminka, wigilijne potrawy już zjedzone (***oblizujemy się, bo były pyszne***), prezenty rozpakowane (***cieszymy się z prezentów – uśmiechamy się szeroko nie pokazując zębów***). Nadszedł w końcu czas śpiewania kolęd (***śpiewamy w różnym tempie: la, la, la***).

ZIMA WDOLINIE MUMINKÓW

Od kilku dni niemal bezustannie pada śnieg (***dotykamy czubkiem języka różnych miejsc na podniebieniu***). Wszędzie go pełno (***wysuwamy język szeroko na brodę***). Mała Mi ciepło ubrana przybiegła z samego rana do domu Muminka (***dotykamy czubkiem języka wszystkich zębów po kolei najpierw górnych potem dolnych***). Od progu krzyczy: „Wstawaj Muminku! Napadało dużo śniegu. Ulepimy bałwana!”. Po chwili, po zjedzeniu pysznego śniadania (***oblizujemy wargi ruchem okrężnym***), wybiegają na podwórko. Wspólnie toczą śnieżne kule (***robimy z buzi „kulę” – nadymamy policzki, zwierając wargi, następnie głośno wypuszczamy powietrze***), później popychają je (***wypychamy językiem dolne zęby***) i ustawiają jedna na drugiej (***zakładamy wargę dolną na górną i odwrotnie***). Jeszcze tylko oczy z czarnych węgielków i nos z pomarańczowej marchewki (***wyciągamy język daleko do przodu***). Bałwanowi potrzebny jest też kapelusz, więc Maminek przyniósł od Mamy Muminka stary garnek z uszami (***robimy z języka „garnek” – boki i przód języka unosimy do góry tak, aby na środku powstało wgłębienie***). I tak powstał piękny uśmiechnięty bałwan (***uśmiechamy się szeroko nie otwierając ust***).

OPOWIADANIA LOGOPEDYCZNE DLA DZIECI 5 I 6 LETNICH

MIŚ NA SPACERKU

Dzisiaj twój język będzie małym miśkiem, a buzia jego domkiem. Miś obudził się wcześnie rano – przeciągnął się i trochę poziewał (*ziewanie*). Zrobił poranną gimnastykę – kilka podskoków (*podnoszenie języka za górne zęby, na górny wałek dziąsłowy przy szeroko otwartych ustach*), troszkę pobiegał (*wypychanie językiem policzków*).

Na śniadanie zjadł słodki miód, który mu bardzo smakował (*zlizywanie czubkiem języka z podniebienia np. miodu, nutelli*). Potem umył ząbki (*oblizywanie językiem górnych zębów po wewnętrznej stronie przy zamkniętych, później przy otwartych ustach*). Wyjrzał przez okno (*wysuwanie szerokiego języka na zewnątrz jamy ustnej*). Zobaczył swoją koleżankę i przesłał jej całuski (*cmokanie ustami – naśladowanie posyłania całuszków*). Koleżanka zaprosiła go na spacer.

KRASNOLUDEK W BUZI

Pewnego dnia krasnoludek, który mieszka u każdego w buzi, robił wielkie porządki. Najpierw umył dokładnie ściany (*przesuwamy językiem po wewnętrznej powierzchni lewego, potem prawego policzka*). Potem umył sufit (*przesuwamy język po podniebieniu w przód i w tył*). Podłoga też była brudna, więc umył ją bardzo dokładnie (*opuszczony jak najniżej język myje dolne dziąsła*). Okna też musiały zostać umyte. Najpierw umył ich stronę zewnętrzną, a potem od środka (*język wędruje po stronie zewnętrznej, a potem wewnętrznej zębów*). Potem umył schody w przedsionku (*język przesuwają się w stronę dolnej wargi i wysuwają na brodę*). Komin też musiał zostać wyczyszczony (*język wysuwa się w kierunku wargi górnej i nosa*). Kiedy spostrzegł z okna przechodzącą sąsiadkę, pomachał jej ściereczką (*język wędruje z jednego kąca ust do drugiego*). Na koniec wytrzepał dywany (*klaskanie językiem*). W ten sposób cały dom został wysprzątnięty.

BUREK Z PODWÓRKA

W wiejskiej zagrodzie, pies zwany Burkiem
Skrzętnie zarządza całym podwórkiem.
Niech Burkiem będzie w buzi języczek,
Wnet obowiązki jego wyliczę:

Rankiem, gdy tylko ślepiec otwiera,
Już za porządki się zabiera.

Najpierw wokół swej budy posprząta:
Zamiecie (*oblizywanie warg ruchem okrężnym*),
Zakopie kości do kąta
(wysuwanie i chowanie do jamy ustnej języka ułożonego w łopatkę).

Następnie w budzie robi sprzątanie
(masowanie czubkiem języka wewnętrznej strony policzków)

I zerknie w miseczkę, co dziś na śniadanie
(kierowanie języka w kąciki warg).

Na widok ciepłej kaszy smacznie się oblizuje
(oblizywanie językiem „wąsów „ i „brody”)
Zjada wszystko, bo bardzo mu smakuje (głośne mlaskanie).

Teraz już Burek biegnie zliczyć kurki do kurnika
I sprawdzić, czy tej nocy nie było tam liska zbójnika
(liczenie ząbków „kurek”, poprzez dotykanie każdego zęba czubkiem języka).

Są wszystkie, lecz tuż za płotem słycać gąsek gęganie
(gęganie: gę, gę, gę)

Biegnie Burek na ratunek, dając znak szczekaniem
(szczekanie: au, au, au)

A tu już gąsior groźnie sycząc (**syczenie: s.....**),
Broni swego stada.

Niesfornych łobuziaków ucieka gromada,
Pufając ze zmęczenia (**nadymanie policzków i wypuszczanie powietrza**)
Szumiącego lasu dopada (**szumienie sz.....**).

Teraz Burka czeka nie lada zadanie,
Musi krówkę wyprowadzić na łąkę, na śniadanie.
Krowa muczy przyjaźnie (**mu.....**).

Już idą drogą wśród lasu,
Nagle się przestraszyli
Okropnego hałasu.

Spogląda Burek za siebie, z prawej i z lewej strony
(wysuwanie języka i kierowanie go w prawo i w lewo)

Co widzi? Wóz strażacki pędzi jak szalony.

i-a, i-a, i-a, słysząc już z oddali,

Co znaczy, że w pobliżu gdzieś się chyba pali.

Wtem słyszy Burek gwizd znajomy **(gwizdanie)**

Znajome cmokanie **(cmokanie)**.

To jego pan go wzywa, ma nowe zadanie.

Przeciska się Burek do domu, na skróty, przez dziurę w płocie

(przeciskanie języka przez zaciśnięte zęby),

Gdy nagle wzrok jego skupił się na kocie,

Który miauczając groźnie **(miauczenie),**

na rybki polował,

Lecz widząc psa, na drzewo się schował.

Wdzięczne rybki Burkowi całuski ślą spod wody **(całuski),**

Lecz psina nie ma już czasu, pędzi w stronę zagrody.

Koń stoi już w zaprzęgu,

parska niecierpliwie **(parskanie)**

Pan cmoknął na niego **(cmokanie),**

ruszyli leniwie.

Słysząc miarowy bieg konia **(kląskanie),**

Burek biegnie z boku,

Nie chce być gorszy, pragnie dotrzymać mu kroku.

I tak dzień cały Burka pracą wypełniony.

Pod wieczór wraca psina do budy zmęczony,

Zjada smaczną kolację **(mlaskanie),**

poprawia poślanie **(wypychanie językiem policzków)**

I już po chwili słysząc jego smaczne chrapanie **(chrapanie)**.

SAMOCHÓD PANA JANA

Wyobraź sobie, że Twoja buzia to samochód pana Jana w którym trzeba zrobić generalne porządki. Najpierw odkurz w aucie podłogę (**przesuwanie czubka języka po dnie jamy ustnej**) fotele (**przesuwanie językiem po dolnych zębach**), umyj szyby (**przesuwanie czubkiem języka po wewnętrznej stronie policzków**). Teraz wytrzyj kurz z tablicy rozdzielczej i kierownicy (**przesuwanie językiem po górnych zębach**), z kierunkowskazów (**dotykane górnych siekaczy czubkiem języka na zmianę**). Na zakończenie wyczyść jeszcze raz tapicerkę (**przesuwanie czubkiem języka od podniebienia twardego do miękkiego**).

STRAŻAK STASZEK

Pewnego dnia przy ulicy Szałasowej wybuchł pożar. Pani Szostkowa zadzwoniła do straży pożarnej. Strażak Staszek szybko wskoczył do wozu i "na sygnale" pojechał na miejsce pożaru (**dziecko wymawia połączenie samogłoskowe e-o, e-o**). Na miejscu zobaczył, że płonie dach (**układa dolne zęby na górną wargę**) i parter (**układa górne zęby na dolną wargę**). Rozwinął wąż (**tworzy rulonik z języka**) i zaczął gasić płomienie (**wymawia długie szsz...**). Strażak biegał po całym domu, gasząc ogień (**dziecko przesuwając czubkiem języka po górnych zębach, podniebieniu górnym i dolnych zębach**). Nagle zabrakło wody. Staszek postanowił gasić ogień piaskiem (**wysuwa i chowa szeroki i płaski język**). W końcu ogień zgasł, słychać było tylko syk (**wymawia długie sss...**). Strażak raz jeszcze sprawdził wszystkie pomieszczenia w domu (**czubkiem języka dotyka podniebienia górnego, górnych zębów, wewnętrznej strony policzków, dolnych zębów i podniebienia dolnego**). Wokół rozległy się oklaski (**„klaszcze”, uderzając szerokim językiem o podniebienie**). Strażak Staszek zadowolony z wykonanej pracy (**dziecko rozciąga usta w szerokim uśmiechu**) odjechał wozem strażackim (**wykonuje motorek wargami**).

WAŻ

Wąż spał smacznie w swojej jaskini (**język leży płasko na dnie jamy ustnej**). Kiedy mocniej zaświeciło słońce, zaczął się wiercić (**dziecko porusza czubkiem języka za dolnymi zębami**). Obudził się, podniósł (**dotyka językiem do dziąseł za górnymi zębami**) i rozejrzał dookoła (**oblizuje górne i dolne zęby od strony wewnętrznej**). Chciał wyslizgnąć się ze swojej jaskini (**dziecko przeciska język między zbliżonymi do siebie zębami**), ale okazało się, że przejście zablokował duży kamień (**przy złączonych zębach rozchyła i łączy wargi**). Po kilku próbach udało się ominąć przeszkodę. Wąż wyszedł na zalaną słońcem polanę (**wysuwa język daleko do przodu**). Zatańczył uradowany (**dziecko rozchyła usta jak przy uśmiechu, oblizuje wargi ruchem okrężnym**) i zasyczał głośno (**wymawia sss...**).

BAJKA O PRZYJACIOŁACH Z SOSNOWEGO LASU

Pewnego wiosennego dnia w Sosnowym Lesie ktoś głośno zaryczał: aaa ooo eee (**dzieci naśladują te odgłosy**). Zwierzęta wystraszyły się: yyy yyy (**naśladujemy odgłosy**). Miś postanowił, że trzeba zorganizować wyprawę do miejsca, z którego odgłosy. Zebrali się przy źródle (**język kierujemy w stronę gardła**). Zając, miś i wiewiórka wbiegli na polanę pełną kwiatów i wachali je (**wciągamy powietrze nosem, wypuszczamy buzią**). Sroka wzniosła się w powietrze (**język kierujemy w stronę nosa**) i przyjaciele wyruszyli za nią. Wkrótce misiowi zaczęło coś pischceć w brzuchu, więc wszyscy postanowili zrobić sobie przerwę na posiłek. Zając wyjął z plecaka śniadanie i chrupał świeżą marchewkę (**dzieci udają żucie**), miś wyciągnął poziomkowy dżem (**oblizujemy usta dookoła**), ale wiewiórka była tak wystraszona, że nie mogła nic jeść. Po skończonej uczcie myją ząbki i policzki (**czubkiem języka przesuwamy po zębach, a potem po policzkach**). Przed nimi była jeszcze długa wędrówka w głąb lasu. Spacerowali wzdłuż strumyka, przeskakując z kamienia na kamień (**językiem przesuwamy po zębach**). Nagle znowu usłyszeli okrzyki: aaa ooo uuu (**naśladujemy odgłosy**). Bohaterowie schowali się za wysoki kamień. Sroka postanowiła usiąść na czubku sosny i spojrzeć w dal (**język wysuwamy do przodu**), lecz niczego nie dojrzała. Zwierzęta wychyliły się i zobaczyły coś bardzo dziwnego: ktoś wysoko podskakiwał, był okryty kolorowym workiem i głośno krzyczał. Wszyscy patrzyli na zjawę i otworzyli ze zdziwienia pyszczki (**otwieramy szeroko buzie**). Stwór wychylił się z worka i wtedy przyjaciele uśmiechnęli się z ulgą (**szeroko uśmiechamy się**). Nie był to żaden stwór, tylko lis. Podeszli do niego, żeby się przywitać (**przesyłamy całuski**). Wszyscy w doskonałych humorach wrócili do domu na podwieczorek.

OPOWIADANIE O MAĆKU

W sobotę Maciek postanowił pójść do wesołego miasteczka. Wstał rano, ziewnął, przeciągnął się i zaczął gimnastykować (***usta szeroko otwarte, a język dotyka kącików warg, nosa, brody***). Potem ubrał się i zszedł wolno po schodach (***czubek języka dotyka do każdego zęba na górze, potem na dole – „liczenie zębów”***). W wesołym miasteczku Maciek najpierw pojeździł na kucyku (***kląskanie językiem***). Potem poszedł na karuzelę i wsiadł na osiołka. Osiołki wołają: io-io-io. Karuzela zaczęła się kręcić wolno, a potem coraz szybciej (***oblizywanie szeroko otwartych ust; wolno, a potem coraz szybciej***). Następnie chłopiec poszedł do wesołego pociągu, który gwizdał: uuuuuu. Lokomotywa ruszyła powoli: sz, sz, sz (***wolno***), a potem coraz szybciej: ***sz,sz,sz,sz,sz (szybko)***. Na końcu Maciek podreptał na strzelnicę. Pan dał mu strzelbę (***zurka języka***) i chłopiec zaczął strzelać do celu (***dmuchamy przez język zwinięty w rurkę***). Trafił w dziesiątkę i w nagrodę dostał balonik. Zaczął dmuchać w balonik (***nadymanie policzków***), ale powietrze uleciało (***wydech buzią***). Spróbował więc jeszcze raz (***nadymanie policzków***), ale powietrze znowu uleciało (***wydech nosem***). Za trzecim razem udało się mu nadmuchać balonik (***przytrzymujemy nadymane policzki przez chwilę***). Z balonikiem wrócił do domu. Znowu musiał pójść po schodach (***liczenie ząbków***), a przed drzwiami poczuł zapach pysznego ciasta (***wciągnąć kilka razy nosem powietrze***). Wszedł do mieszkania. Tam mama powitała go buziakiem (***cmoknięcie***), a Maciek dał jej balonik (***nadymanie policzków***).

MISIE PRZYGOTOWUJĄ SIĘ DO ZIMOWEGO SNU

Misie przygotowują się do zimy, są śpiące (***dziecko ziewa***), nuca sobie kołysankę (***śpiewa aaaa...***). Misiom jest zimno (***wykonuje motorek wargami***), muszą się ogrzać (***chucha na ręce***). Misie przeziębily się (***dziecko kicha, kaszle z wysuniętym językiem***). Mama daje lekarstwo, które jest słodkie i smaczne (***oblizuje ruchem okrężnym wargi; „kląskając”, uderzając grzbietem języka o podniebienie; mlaszcze, zwierając wargi***). Misie są zadowolone (***dziecko mruczy, wymawiając głoskę „m”; chucha na ręce, wymawiając głoskę „ch”***).

ŚWIĘTY MIKOŁAJ

Przed każdymi Świętami Bożego Narodzenia Święty Mikołaj ma zawsze bardzo dużo pracy. Musi odkurzyć swe worki na prezenty (***otwieramy szeroko buzię, oblizujemy czubkiem języka podniebienie, a także wewnętrzne powierzchnie lewego i prawego policzka***), musi policzyć upominki aby nie zabrakło dla żadnego dziecka (***dotykamy czubkiem języka każdego ząbka – na górze i na dole***), a także sprawdzić czy kopyta reniferów są dobrze podkute i gotowe do drogi (***kląskamy językiem***). Gdy Święty Mikołaj już to zrobi, wtedy wygląda raz i drugi przez okno (***dwukrotnie wysuwamy szeroki język na zewnątrz buzi***) i sprawdza jaka jest pogoda na dworze. Uh! Jest bardzo zimno (***brrr – parskamy językiem, prr – parskamy wargami***), na niebie setki pięknych gwiazd (***dotykamy czubkiem języka podniebienia***), a na ziemię spadają wielkie płatki śniegu (***czubkiem języka dotykamy za dolnymi zębami***). Pora ruszać w drogę. Mikołaj wychodzi z workiem pełnym prezentów (***wysuwamy szeroki język na zewnątrz buzi***), wsiada do sań (***cofamy szeroki język do buzi***) i wyrusza w długą podróż (***kląskamy językiem***). Już słyhać dzwonki sań (***dzyń-dzyń***) i wesoły śmiech Mikołaja (***ho-ho-ho, ha-ha-ha***), który zjeżdża przez komin (***przesuwamy czubkiem języka po podniebieniu ruchem od przodu do tyłu***) aby zostawić prezenty pod choinką. Nieraz uda mu się spróbować pysznego ciasta świątecznego (***żujemy***) i jest ono tak pyszne, że Mikołaj musi zjeść okruszki, które zostały mu na ustach (***oblizujemy wargi***), na brodzie (***wysuwamy język na brodę***) i na ząbkach (***oblizujemy zęby***). Potem rusza w dalszą drogę (***kląskanie językiem***). Do zobaczenia za rok Święty Mikołaju! (***cmokanie wargami – przesyłanie całusków***).

Program opracowały:

Katarzyna Naworska

Edyta Bartkowska