

Logorytmika- I tydzień czerwca

Logorytmika od dnia 02.06 do 03.06, 2020r. POWTARZAMY .

POZDRAWIAM WAS SERDECZNIE

Aby usprawnić język:

- mlaskamy,
- układamy język w rurkę,
- klaskamy (jak robi konik?),
- wypychamy językiem policzki,
- układamy język w „koci grzbiet”,
- wsuwamy język pod górną i dolną wargę,
- przesuwamy język na boki w jamie ustnej,
- dotykamy czubkiem języka kolejnych zębów,
- formujemy język szeroko i wąsko w jamie ustnej,
- przesuwamy czubek języka zygzakiem po podniebieniu,
- przesuwamy czubek języka od górnych zębów wzdłuż podniebienia.

Aby usprawnić wargi:

- cmokamy,
- parskamy, prychamy,
- na przemian robimy „dzióbek” i rozszerzamy usta,
- wydymamy, zaciskamy, rozluźniamy, masujemy wargi palcami,
- układamy wargi jak do wymawiania samogłosek: A, O, U, E, Y, I,
- przy zaciśniętych zębach, naprzemiennie zakładamy wargi na siebie.

Aby usprawnić policzki:

- poruszamy policzkami jak żaba,
- napinamy policzki wraz z wargami,
- wydymamy je i wciągamy do wewnątrz,
- masujemy policzki dłońmi, okrężnymi ruchami.

Aby łatwiej uzyskać głoski: SZ, CZ, Ź, DŹ:

- cofamy czubek języka wzdłuż podniebienia,
- czubkiem języka dotykamy wałka dziąsłowego,
- czubkiem języka kreślimy kółka na podniebieniu miękkim,
- czubkiem języka dotykamy na przemian dwóch górnych ostatnich zębów,
- próbujemy dmuchać na czubek języka uniesiony do podniebienia, równocześnie przyciskając policzki dłońmi (język nie może przywierać do podniebienia, żeby powietrze nie przedostawało się bokami).

Ćwiczenia i zabawy oddechowe - kształtujące prawidłowy tor oddechowy, wydłużające fazę wydechu.

Oddychanie jest naturalną czynnością fizjologiczną, niezbędną do życia, a także bardzo ważną dla poprawnego mówienia oraz prawidłowego rozwoju i funkcjonowania aparatu artykulacyjnego.

W dzień i podczas snu dziecko powinno oddychać nosem. Taki tor oddechowy zapewnia właściwy rozwój aparatu artykulacyjnego. Nieprawidłowe oddychanie wpływa niekorzystnie na wymowę.

W czasie mówienia powietrze wdychane jest głównie ustami a wydychane ustami lub nosem, w zależności od wypowiedzianych dźwięków. Prawidłowy oddech podczas wypowiedzi to rytmiczny szybki wdech wykonany bez podnoszenia ramion i powolny, długi wydech, podczas którego odbywa się wypowiedź.

Przykładowe ćwiczenia i zabawy oddechowe:

1. Robimy głębokie wdechy i długie wydechy, aby wykształcić i utrwalić prawidłowy tor oddechowy (ćwiczenia należy powtarzać kilkakrotnie, ponieważ jest to także doskonała forma relaksu).
2. Zdmuchujemy płomień świecy przy stopniowo zwiększanej odległości.
3. **„Dmuchać i nie zdmuchnij”** - dmuchamy na płomień świecy tak, aby pochylał się na różne strony, ale staramy się go nie zgasić.
4. **„Wyścigi”** - na stole układamy skrawki papieru, małe samochodziki lub lekkie piłeczki. Ustalamy, gdzie będzie Start, a gdzie Meta. Zabawa polega na tym, aby za pomocą długich wydechów jak najszybciej „dojechać” do miejsca, gdzie kończy się wyścig.
5. **„Mecz piłki nożnej”** - na stole układamy dwie bramki, potrzebna będzie również piłeczka do ping-ponga. W zabawie biorą udział dwie osoby, każda z nich musi uważać, aby przeciwnik nie trafił piłką do jego bramki. Cały mecz rozgrywamy dmuchając na piłeczkę. Nie używamy rąk!
6. **„Dmuchane obrazki”** - do wykonania tego ćwiczenia potrzebne będą kartki A4 (lub większe), farby oraz słomki. Na papierze malujemy np. kolorowe koła, kwadraty, trójkąty. Nabieramy powietrza przez nos i wydychamy je przez słomkę, kierując ją na figury i nadając im różne kształty. Po ćwiczeniu możemy urządzić wystawę prac.
7. **„Latające piórka”** - na nitkach umieszczamy piórka i dmuchamy tak, by jak najdłużej „fruwały” w powietrzu (długi wydech), a później tak, by wesoło podskakiwały (krótkie energiczne wydechy).
8. **„Dmuchiwanie baniek mydlanych”**
9. **„Chłodzenie gorącej zupy na talerzu”** - (ręce ułożone na kształt miseczki) - dmuchamy ciągłym strumieniem.
10. **„Zabawa z bibułkami”** - na grzbiecie dłoni układamy kolorowe bibułki, nakładamy górną wargę na dolną i próbujemy zdmuchnąć wszystkie karteczki.
11. **„Wiatraczki”** - dmuchamy na wiatraczki tak, aby się kręciły. Raz naśladujemy delikatny wietrzyk (dmuchamy delikatnie), raz mocny wicher (dmuchamy mocno).
12. **„Łódeczki”** - ustawiamy wykonane własnoręcznie łódeczki w misce z wodą i dmuchamy delikatnie (robimy lekkie fale), a następnie mocno (tak, jak podczas sztormu).
13. **„Lokomotywa”** - naśladujemy lokomotywę - nabieramy powietrza przez nos i wydychamy „nadmiar pary” przez usta, artykułując: fffffff, wwww, szszszsz....
14. **„Pachnące kwiatki”** - do ćwiczenia wykorzystujemy papierowe (lub wykonane z innego materiału) kwiatki: wachamy je, wykonując wdech nosem i wydech ustami z jednoczesnym wymawianiem: **achchchch** (wyrażając zachwyt) oraz **ochchchch** (wykazując zdziwienie).
15. **„Winda”** - leżymy na plecach, na brzuchu kładziemy misia (lub inną maskotkę). Wykonujemy

głęboki wdech tak, aby brzuch napełnił się powietrzem, a zabawka mogła „wjechać windą na piętro”. Następnie powoli je wydechamy, żeby maskotka „powróciła na parter”. Ćwiczenie powtarzamy kilka razy.