**II**

**Logopedzi radzą ciąg dalszy**

**Doskonalenie właściwego dla mowy sposobu oddychania**

**ZESTAW ĆWICZEŃ:**

1) ćwiczenia wdechu i wydechu przeponą w pozycji stojącej i siedzącej,

2) ćwiczenia wdechu i wydechu przepona z równoczesnym podnoszeniem i

opuszczaniem rąk,

3) ćwiczenia przepony – naśladowanie śmiechu różnych ludzi;

- kobiety ha-ha-ha

- mężczyzny ho-ho-ho

- chłopca ha-ha-ha (hałaśliwie)

- dziewczynki hi-hi-hi (piskliwie)

4) ćwiczenia wdechu i wydechu – przy wdechu głowa uniesiona, przy wydechu głowę

opuszczamy,

5) ćwiczenia poprawnego oddechu z zastosowaniem form zabawowych:

- dmuchanie na płomień świecy

- dmuchanie na paski bibuły

- dmuchanie na kulki z waty

- dmuchanie na skrawki papieru

opracowanie: mgr Dorota Gudebska1

- zdmuchiwanie papierków z gładkiej lub chropowatej powierzchni

- dmuchanie na zawieszone na nitce krążki lub kulki waty

- wydmuchiwanie kółek na lustrze

- dmuchanie w trąbkę, baloniki, gwiazdki, itp.

- puszczanie baniek mydlanych

- chłodzenie gorącej zupy na talerzu – dmuchanie ciągłym strumieniem

- odtajanie zamarzniętej szyby – długie chuchanie

- wypuszczanie pary przez lokomotywę: ff lub szszsz

- wypuszczanie powietrza z piłki lub dętki – długie sss

- dmuchanie wolne na świecę, żeby nie zgasła, mecz piłek pingpongowych na stoliku

lub na podłodze (według wcześniej ustalonych reguł)

- wykonywanie ćwiczeń oddechowych połączonych z podrzucaniem piłeczki

- śpiewanie piosenek.

Stosując ćwiczenia oddechowe dzieci uczą się właściwej regulacji wdechu i wydechu w

czasie mówienia. Szczególną trudność sprawia dziecku właściwe gospodarowanie

powietrzem, np. w czasie wygłaszania wiersza lub w czasie napięcia nerwowego. Wówczas

pojawiają się nienormalne artykulacje na wdechu.

Z ćwiczeń oddechowych proponuje jeszcze kilka zabaw, których celem jest

powiększenie pojemności płuc dziecka:

1. Wyścig łódek

Do dwóch misek napełnionych wodą wkładamy łódki wykonane z papieru. W zabawie

zwycięża to dziecko, którego łódka najszybciej przepłynie jedno okrążenie. Przesuwając

łódkę dzieci używają siły wydychanego powietrza.

2. Wiatraczek

Dzieci dmuchają każdy swój wiatraczek. Zwycięża to dziecko, którego wiatraczek

dłużej będzie się kręcił.

3. Wąchanie kwiatów

Dzieci stoją lub siedzą z kwiatkiem w ręku. Powoli wciągają powietrze nosem i

równie powoli, aby zapamiętać ich zapach robią wydech ustami.

4. Długie głoski

Wdech i wydech należy usprawniać także w czasie artykulacji. W zabawie „Długie

głoski” posługujemy się głoskami, których artykulację można swobodnie przedłużyć, np. i, y,

e, a, o, u, r, m, n, f, w, s, z, ś, ź, sz, ż, ch.

W zabawie biorą udział dzieci poprawnie wymawiające wybraną przez nauczyciela

głoskę. Z uwagi na dużą możliwość wyboru każde dziecko może uczestniczyć w zabawie.

Zwycięża ten uczeń, który najdłużej poprawnie wymawiał daną głoskę. Zabawa ta powinna

zachęcać do intensywnych ćwiczeń logopedycznych te dzieci, które niepoprawnie lub w ogóle

nie wymawiają danej głoski.

**IV**

**Materiał do utrwalania prawidłowej artykulacji głosek szeregu szumiącego:**

**sz, ż, cz, dż**

1. Ćwiczenia usprawniające język do wymowy głosek (sz, ż/rz, cz, dż):

• oblizywanie podniebienia, przy szeroko otwartej buzi;

• utrzymywanie języka na zewnątrz i wewnątrz buzi, tak, aby niczego nie dotykał; buzia

otwarta;

• „język na sprężynie”.

2. Szereg szumiący w sylabach:

Głoska „sz”

• w sylabach

sza, szo, sze, szu, szy

a-sza, o-szzo, e-sze, u-szu, y-szy

asz, osz, esz, usz, ysz

szasz, szosz, szesz, szusz, szysz

szasza, szoszo, szesze, szuszu, szyszy

• w wyrazach:

szampon, szachy, szynka, szafa, szufelka, szuflada, szary, szeroki, szelki, szpilka,

szalik, szopa, szyja, sznurek, itp.;

muszla, kasza, pasztet, wieszak, koszula, maszyna, fartuszek, gruszka, nosze,

uszy, kusza, puszka, itp.;

mysz, kalosz, dobosz, talerz, wachlarz, nietoperz, lekarz, kosz, kurz, kapelusz,

klosz, gulasz, grosz, plusz, garaż, bagaż, wąż, itp.;

• w wierszach:

„Szajka myszy”

Szajka myszy na paluszkach,

Szuka groszku po garnuszkach.

W szafie kaszę pałaszuje,

I okruszków poszukuje!

Szymek przerwał myszkowanie,

Poszedł, kupił kota na nie.

głoska „ ż/rz”

• w sylabach:

ża, żo, że, żu, ży

a-ża, o-żo, e-że, u-żu, y-ży

żaża, żożo, żeże, żużu, żyży

żasz, żosz, żesz, żusz, żysz

• w wyrazach:

żaba, rzeka, żubr, żebra, żakiet, żarówka, żuk, żyrafa, żona, żuraw, żyła, żyto,

żonkil, żółty, żyrandol, żurnal, rzemień, rząd, itp;

korzenie, waży, wieża, warzywa, orzech, jarzyny, parzy, morze, wierzy, duży,

boży, róże, różowe, jarzębina, itp.;

w wyrazach:

czapka, czajnik, czubek, czekolada, czepek, czapla, czarny, czerwony, czołg,

czółno, czek, czary, itp.;

maczuga, pieczątka, pieczarka, boczek, haczyk, pączek, kaczka, beczka, taczka,

wieczór, kurczak, koniczyna, tęcza, oczy, itp.;

poręcz, palacz, trębacz, mecz, puchacz, włamywacz, królewicz, warkocz, klacz,

klucz, mlecz, miecz, itp.;

o w wierszach:

„Leczo”

Cztery marchwie w kawałeczkach,

mąka, wody pół kubeczka.

Dwie papryczki i kabaczek;

Pieczeń pokrój w drobny maczek,

Deczko czili, keczup damy

I na ucztę zapraszamy!

„Kaczki”

Poczłapały cztery kaczki

na pocztę we czwartek.

Miały wysłać paczkę

i pocztową kartę.

Paczki kaczki już wysłały,

Po czym usiadły

I zaczęły coś czytać.

głoska „dż”

• w sylabach:

dża, dżo, dże, dżu, dży

a-dża, o-dżo, e-dże, u-dżu, y-dży

dżadża, dżodżo, dżedże, dżudżu, dżydży

dżacz, dżocz, dżecz, dżucz, dżycz

• w wyrazach:

dżungla, dżokej, dżentelmen, dżoker, dżuma, dżem, dżdżownica, dżdżysty, itp.;

brydżysta, zadżumiony, wyjeż-dża, przyjeż-dża, itp.;

• w wierszach:

„Gramy w brydża”

Pod Dżakartą - piękny, nowy,

elitarny klub brydżowy.

Ja, gdy wolne tylko mam,

chętnie w brydża grywam tam.

Król i radża w brydża grają

jak dżem grę tę uwielbiają!

I dżentelmen brydża lubi.

Kiedy gra, dżokery gubi.

Dżokej talię wydobywa... W brydża w piątkę

nikt nie grywa!

**Mariola Smolik-Humaidi-logopeda**