**Ćwiczenia logopedyczne polepszające sprawność aparatu mowy**

 **Nauka unoszenia języka za górne zęby** (kilkanaście razy dziennie, przed lustrem)

* Dotykamy palcem lub zimną łyżeczką podniebienia tuż za górnymi zębami, nazywając je **zaczarowanym miejscem, parkingiem** itp.. w którym język (krasnoludek, samochód) powinien przebywać, gdy mamy zamkniętą buzię.
* Przytrzymywanie czubkiem języka przy podniebieniu rodzynek, pastylek pudrowych, cukierków halls (z wgłębieniem w środku) itp.
* Zlizywanie nutelli, mleka w proszku itp. z podniebienia przy szeroko otwartych ustach.
* Konik jedzie na przejażdżkę – naśladuj konika stukając czubkiem języka o podniebienie, wydając przy tym charakterystyczny odgłos kląskania.
* 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.
* Malarz – maluje sufit dużym pędzlem. Pomaluj pędzlem (językiem) swoje podniebienie, zaczynając od zębów w stronę gardła.

 **Ćwiczenia oddechowe** :

( wdech nosem, usta zamknięte, wydech ustami ułożonymi w dziobek)

* Dmuchanie na chorągiewki i wiatraczki.
* Tańczący płomyczek – dmuchanie na płomień świecy, tak by wyginać go pod wpływem dmuchania. - Wydmuchiwanie baniek mydlanych.
* Dmuchanie na papierowe ozdoby zawieszone na nitkach różnej długości.
* Kto dmuchnie dalej? – zdmuchiwanie kulki waty kosmetycznej, lekkich przedmiotów.
* Gotowanie obiadu – rozdmuchiwanie w naczyniu chrupek, ryżu, kaszy, pociętej gąbki, kawałków styropianu.
* Nadmuchiwanie baloników, zabawek i piłek z folii.

**Gimnastykę aparatu mowy** rozpoczynamy od ćwiczeń najprostszych stopniowo zwiększając ich trudność. Na początku możemy wykorzystać naturalne sytuacje:

* Po posiłku pozwólmy dziecku wylizać talerz językiem jak kotek.
* Po śniadaniu posmarujmy dziecku wargi miodem, kremem czekoladowym lub mlekiem w proszku i poprośmy, aby zlizał je dokładnie jak miś czy kotek.
* Kiedy dziecko ziewa nie gańmy go, lecz poprośmy, aby ziewnęło jeszcze kilka razy, zasłaniając usta.
* Jeśli dziecko dostało lizaka zaproponujmy mu, aby lizało go unosząc czubek języka ku górze. - Przy porannym i wieczornym myciu zębów zaproponujmy dziecku liczenie zębów lub witanie się z nimi w ten sposób, aby czubek języka dotknął każdego zęba osobno.
* Podczas rysowania poprośmy dziecko, aby narysowało językiem kółko (dookoła warg) lub kreseczki (od jednego do drugiego kącika ust).
* Dmuchanie na talerz z gorącą zupą, chuchanie na zmarznięte dłonie, cmokanie, żucie pokarmów a nawet wystawianie języka to też ćwiczeni aparatu artykulacyjnego.

* + **Ćwiczenia usprawniające wargi**
* Balonik – nadymanie policzków, usta ściągnięte (dla urozmaicenia bawimy się w baloniki, które pękają przekłute palcami ).
* Całuski – usta układamy w „dziobek” i cmokamy posyłając do siebie buziaki.
* Niejadek – usta wciągamy w głąb jamy ustnej.
* Rybka – powolne otwieranie i zamykanie warg tworzących kształt koła, zęby „zamknięte”
* 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.
* Straż pożarna – wyraźne wymawianie samogłosek w parach: e o, i u, a u - Pojazdy – naśladowanie poprzez wibrację warg warkotu motoru, helikoptera.itp.

* + **Ćwiczenia usprawniające język (pionizacja)**
* Dotykamy palcem lub zimną łyżeczką podniebienia tuż za górnymi zębami, nazywając je zaczarowanym miejscem, parkingiem itp. w którym języ (krasnoludek, samochód) powinien przebywać, gdy mamy zamkniętą buzię.
* Zlizywanie nutelli, mleka w proszku itp. z podniebienia przy szeroko otwartych ustach.
* Konik jedzie na przejażdżkę – naśladowanie konika stukając czubkiem języka o podniebienie, wydając przy tym charakterystyczny odgłos kląskania.
* Winda – otwórz szeroko buzię, poruszaj językiem tak, jakby był windą – raz do góry, raz do dołu.
* Chomik – wypycha policzki jedzeniem, a ty pokaż jak można wypchnąć policzki językiem, raz z prawej raz z lewej strony.
* Malarz – maluje sufit dużym pędzlem. Pomaluj pędzlem (językiem) swoje podniebienie, zaczynając od zębów w stronę gardła.
* Młotek – wbijamy gwoździe w ścianę. Spróbuj zamienić język w młotek i uderzaj o dziąsła tuż za górnymi zębami, naśladując wbijanie gwoździa.

* + **Ćwiczenia żuchwy**
* Zamykanie i otwieranie domku – szerokie otwieranie ust, jak przy wymawianiu głoski a, zęby są widoczne dzięki rozchylonym wargom.
* Grzebień – wysuwnie 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.