

Ćwiczenia z wykorzystaniem obrazków usprawniające narządy mowy do wywołania głosek szumiących [sz, ż, cz, dż]. Nie są polecane przy seplenieniu międzyzębowym. Wytnij obrazki, losuj je i wykonuj ćwiczenia zgodnie z opisem.

1. Tygrysek chce pocałować mamę, która jest daleko. Wysuwa usta do przodu i posyła jej całusa. Spróbuj zrobić to samo.

Inne warianty ćwiczenia:

- Wyciągnij usta ułożone w dzióbek do przodu, naśladuj pyszczek rybki.
- Wyciągniętymi do przodu ustami ułożonymi w dzióbek spróbuj zdmuchnąć płomień świecy kawałek papieru, watkę. Pamiętaj o nabraniu powietrza nosem.

Zwróć uwagę na to, by...

Jeśli pojawiają się trudności z wykonaniem podanych ćwiczeń, wówczas można poprosić dziecko o wypowiedzenie samogłoski **u** (usta samoczynnie powinny wyciągnąć się do przodu).

2. Uśmiechnij się szeroko, pokazując zęby. Wyobraź sobie, że jesteś bardzo radosnym tygryskem, który się cieszy, bo dostał miseczkę smacznego mleczka tak, aby dolne i górne zęby były widoczne. Wytrzymaj tak ok. 5 sekund.

Inny wariant ćwiczenia:

- Rozciągnij usta w uśmiechu i wypowiedz samogłoskę **i**. Następnie wypowiedz głoskę **u**. Wypowiadaj samogłoski **i** oraz **u** naprzemiennie.

3. Spróbuj oblizać usta językiem, tak jak mały tygrysek oblizujący się po wypiciu miseczki pysznego mleczka. Wykonaj językiem kólecčko najpierw w jedną, a potem w drugą stronę.

Inny wariant ćwiczenia:

- Obliz językiem górną wargę – naśladuj wycieraczkę samochodu. Rozpocznij powoli, stopniowo przyspieszając ruch. Język porusza się, a broda pozostaje nieruchoma.

Zwróć uwagę na to, by...

Jeśli wystąpią trudności ze zrobieniem tego ćwiczenia (gdy żuchwa wysuwana jest do przodu), wówczas można przytrzymać dłonią żuchwę dziecka, by pozostała nieruchoma i pracował tylko język.

4. Tygrysek unosi język jak najwyżej, bo chce nim dotknąć nosa. Czy ty też tak potrafisz?

Inny wariant ćwiczenia:

- Dotknij językiem 4 punktów: wyciągnij język jak najwyżej, jak najdalej w lewo i prawo oraz jak najniżej.

Zwróć uwagę na to, by...

Unosi się tylko język, a dolna warga pozostaje nieruchoma.

5. Tygrysek jest czyścioszkiem, lubi mieć czyste zęby. Bardzo dokładnie myje górne zęby języczkiem. Spróbuj robić tak samo - przesuwaj językiem po zewnętrznej i wewnętrznej powierzchni górnych zębów - udawaj, że myjesz je językiem.

Inne warianty:

- Otwórz szeroko usta. Naprzemiennie dotykaj językiem górnych i dolnych zębów. Żuchwa pozostaje nieruchoma.
- Otwórz usta, czubkiem języka naprzemiennie dotykaj górnych zębów i górnej wargi.

Zwróć uwagę na to, by...

Usta są szeroko otwarte, pracuje tylko język, a żuchwa pozostaje w spoczynku.

6. Tak jak tygrysek unieś język i dotknij nim wałka dziąsłowego („górkę” za górnymi zębami).

Inne warianty:

- Unieś język do góry i dotknij wałka dziąsłowego („górkę” za górnymi zębami). Język jest szeroki, boki języka dotykają bocznych zębów. Ćwiczenie wykonaj kilkakrotnie.
- Klaskaj językiem jak konik.

Zwróć uwagę na to, by...

Usta są szeroko otwarte, żuchwa pozostaje w spoczynku, pracuje tylko język, który dotyka wałka dziąsłowego i nie styka się z górnymi zębami.

W razie trudności z wykonaniem ćwiczenia (najczęściej polegają one na unoszeniu żuchwy), należy przytrzymać dłonią żuchwę dziecka, tak aby pracował tylko język.

7. Tygrysek zasłania szerokim językiem górną wargę. Spróbuj zrobić to samo. Wytrzymaj tak kilka sekund.

Zwróć uwagę na to, by...

Usta są szeroko otwarte, żuchwa pozostaje w spoczynku, pracuje tylko język.

Aby ćwiczenie zostało poprawnie wykonane, język musi być rozluźniony. W razie trudności można spróbować ułożyć język na górnej wardze i rozciągnąć jego boki palcami.

8. Tak jak tygrysek postaraj się unieść do góry szeroki język i przyklej go do podniebienia. Wytrzymaj tak 5 sekund.

Inne warianty ćwiczenia:

- Unieś szeroki język do góry, przyklej go do podniebienia. Wytrzymaj tak 5 sekund.
- Unieś szeroki język do góry, przyklej go do podniebienia. Otwieraj i zamykaj szczękę.
- Unieś szeroki język do góry, przyklej go do podniebienia, następnie „głośno” go odklej – naśladować konika, który wpadł w błoto. Powinieneś usłyszeć mlaśnięcie.

Zwróć uwagę na to, by...

W razie trudności z wykonaniem ćwiczenia należy nauczyć dziecko klaskania, przyklejania do podniebienia i odklejania szerokiego języka.

1



2



3



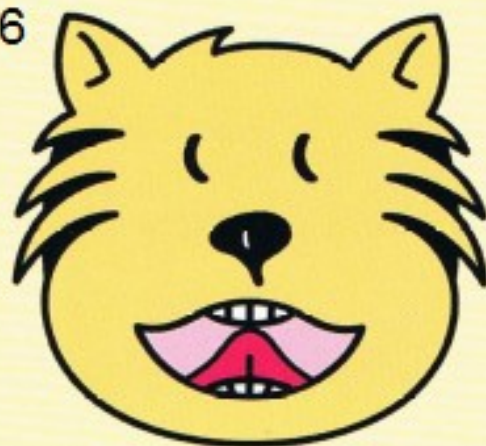
4



5



6



7



8

