

LOGOPEDIA W KUCHNI

...czyli jak w terapii logopedycznej wykorzystać to, co mamy w domu. Poniżej przedstawiam kilka propozycji, żeby urozmaicić dziecku ćwiczenia logopedyczne, a równocześnie usprawniać aparat artykulacyjny, rozwijać słownictwo, utrwalać prawidłową wymowę głosek, ćwiczyć słuch. Domowe sprzęty i niektóre produkty spożywcze zastąpią pomoce z gabinetu logopedycznego.

KUCHEenna LOGOPEDIA

Propozycje przyjemnych ćwiczeń języka, warg, policzków i podniebienia miękkiego. Ściąga dla zapracowanych rodziców!

Rodzicu!
Jeśli chcesz, by Twoje dziecko miało sprawny język, wargi, policzki i podniebienie miękkie, zachęcaj je do ćwiczeń pokazanych na zdjęciach. Ta zabawna gimnastyka buzi pomoże dziecku ładniej i wyraźniej mówić. Wykorzystuj czas spędzony w kuchni podczas przygotowywania posiłków. Gdy ugotujesz np. makaron, zachęcaj dziecko do wciągania go ustami bez użycia sztućców. Ćwiczenia nie powinny trwać długo. Wystarczy kilka minut dziennie. Może poniższe przykłady zainspirują całą Twoją rodzinę do innych wspólnych zabaw w „kuchenną logopedię”. Życzymy smacznego!

- 1. Jedzenie „Słonych paluszków” bez przytrzymywania ich dłońmi.**
- 2. Trzymanie zębami i wargami lekkich produktów na małej plastikowej łyżeczce.**
- 3. Lizanie czubkiem języka dużych lizaków lub lodów, ale nie lodów na patyku typu „Bambino”.**
- 4. Trzymanie wargami i zębami nitki z zawiązanym na jej końcu małym cukierkiem.**
- 5. Picie jogurtu lub gęstego soku przez „zakręcone” słomki.**
- 6. Przysysanie i przenoszenie za pomocą słomki różnych produktów spożywczych z jednej miseczki do drugiej, począwszy od najbliższych, np. kulek czekoladowych. Słomka powinna być przytrzymywana środkiem ust i nie powinna być przygryzana. Przenoszone przedmioty powinny być większe niż średnica słomki, by dziecko się nimi nie zachłysnęło! Po wykonaniu ćwiczenia dziecko w nagrodę może np. zjeść kulki.**
- 7. Zlizywanie czubkiem języka rozsmarowanego na talerzu dżemu, miodu czy ketchupu w kształcie np. serca, koła, kwiatka.**

Opracowanie:
Dr Iwona Michalak-Widera
Jedyni Okulistki PTG w województwie
Jasmina Ratayska-Buczek
Mg 9/19 2 w Krakowie

Korekta: Justyna Potoczka
Fotografi: Agnieszka Frąbczyk
Serdecznie dziękujemy Jasiu Białemu za udział w zdjęciach.
Projekt graficzny: Justyna Jasiewicz-Horoga

UROLOGIA
REHABILITACJA
USG

HELMED
Diagnostyka Imaging

INFORMACJA
I REJESTRACJA
801 98 40 40
785 86 87 88
www.helmed.pl

Oprac.: dr I. Michalak-Widera i J. Ratayska-Buczek.

<http://www.logopeda.info/plakat>

SŁOMKI DO NAPOJÓW

- Przenoszenie papierowych kółeczek (albo innych wyciętych kształtów) z talerza do miseczki przy pomocy słomki - zasysanie powietrza.
- Dmuchiwanie przez słomkę na kulki waty lub papieru i prowadzenie ich wzdłuż toru ułożonego z klocków.
- Picie gęstych jogurtów lub soków przez słomki o różnych kształtach - to świetne ćwiczenie na podniebienie miękkie, szczególnie dla tych dzieci, które mają problemy z wymową głosek [k] i [g].
- Ćwiczenie oddechowe „Gotujemy wodę” - dmuchiwanie przez słomkę do szklanki z wodą tworząc bąbelki, następnie pijemy wodę przez słomkę. Pamiętajmy o prawidłowej pozycji języka podczas połykania.
- „Wulkan” - dmuchiwanie przez słomkę do szklanki z niewielką ilością wody i kroplą płynu do mycia naczyń.



SMAKOŁYKI

- Zlizywanie czubkiem języka z podniebienia np. nutelli, oplatka, przy szeroko otwartych ustach.
- Przytrzymywanie czubkiem języka na podniebieniu pudrowego cukierka lub rodzyнки. Ćwiczenie wykonujemy przy szeroko otwartych ustach. Trzymając cukierek możemy na zmianę otwierać i zamykać usta.
- Oblizywanie ust posmarowanych np. miodem, dżemem, nutellą; ćwiczenie wykonujemy przy szeroko otwartych ustach.
- Zbieranie czubkiem języka z talerzyka lub serwetki pojedynczych ziarenek ryżu preparowanego.
 - Dmuchiwanie na chrupki kukurydziane zawieszane na nitce, następnie zjadanie ich bez użycia rąk.
 - Kreślenie szlaczków, liter na tacy z rozsypaną kaszą, ryżem itp.;
- „Kopciuszek” - na talerzu rozsypujemy kilka ziaren kaszy i kilka ziaren ryżu. Dziecko wybiera do jednej miseczki kaszę, do drugiej ryż. Za każdym razem powtarza „kasza”- „ryż”, utrwalając wymowę głoski [sz]; równocześnie tworzymy kategorie.

FOLIA ALUMINIOWA

- Dmuchanie na zwiniętą w kulkę folię aluminiową, wprawianie jej w ruch obrotowy na talerzu z wysokimi brzegami.
 - „Piłka nożna” - dmuchanie na kulkę z folii aluminiowej, „wbijanie jej” do bramki ułożonej np. z klocków, dwóch kubków, z pudełka po butach itp. Boiskiem może być stół.
 - Wdmuchiwanie na szufelkę kulek z folii aluminiowej (ewentualnie kulki waty, papieru, pomponiki z zestawów kreatywnych).

POJEMNIKI PO ZABAWKACH Z JAJEK NIESPODZIANEK

- „Memo słuchowe” - Wkładamy do jajek np. ryż, makaron, śrubki. zawsze po 2 takie same. Dzielimy jajeczka na dwa zestawy - jeden dla dorosłego, drugi dla dziecka. Wybieramy jajko i prezentujemy dziecku dźwięk. Zadaniem dziecka jest odnaleźć taki sam dźwięk wśród swoich jajeczek. Aby sprawdzić czy dziecko odnalazło pasującą parę trzeba otworzyć jajeczka. Nie odkładamy wykorzystanych jajek z zestawu dziecka.
- „Grzechotka” - Sypimy do jajka np. ryż, kaszę. Zabawkę możemy wykorzystać jako akompaniament do śpiewanych piosenek lub do naśladowania rytmów.
- „Skąd ten dźwięk?” - Dziecko siada na środku pokoju z zamkniętymi oczami. Rodzice potrząsają „grzechotką” z jajka niespodzianki. Dziecko bez otwierania oczu ręką wskazuje skąd dochodzi dźwięk.

TWORZYM KATEGORIE:

- talerze - duże, małe, deserowe, głębokie ...
 - pranie - białe, czarne, kolorowe ...
 - skarpetki - mamy, taty, moje...
 - sztucce - łyżki, łyżeczki, widelce...
 - nakrętki - kolorami, wielkościami...
- jedzenie - owoce-warzywa, makaron wg kształtu, słone-słodkie...

Więcej zabaw na portalu LOGOTORPEDA:

- <https://www.logotorpeda.com/strefa-rodzica/logopedia-w-kuchni-cwiczenia-oddechowe-i-sluchowe-pomysly-na-dlugi-pobyt-w-domu-z-dzieckiem/>
- <https://www.logotorpeda.com/strefa-rodzica/logopedia-w-kuchni-czesc-druga-cwiczenia-aparatu-artykulacyjnego-i-kategoryzacja-pomysly-na-dlugi-pobyt-w-domu-z-dzieckiem/>

Pozdrawiam, życząc miłej i smacznej zabawy 😊

Renata Koźlik