**01.04.2010r – zajęcia z logopedii**

**Usprawnianie aparatu artykulacyjnego, warto powtarzać ćwiczenia co drugo dzień i ćwiczyć 15 minut dziennie.**

**Ćwiczenia usprawniające podniebienie miękkie**

1. Wywołanie ziewania przy nisko opuszczonej szczęce dolnej.

2. Głębokie oddychanie przez usta przy zatkanym nosie i odwrotnie.

3. Masaż warg zębami ( górnymi dolnej wargi i odwrotnie).

4. Dmuchanie na płomień świecy, na watkę lub piłkę pingpongową.

5. Układanie ust jak przy wymowie samogłosek ustnych, z wyraźną, przesadną artykulacją warg, np. w kolejności: a-i-o-u-y-e, u-a-i-o-e-y, o-a-y-i-u, e-y-i-o-a-u, u-i-y-a-o.

6. Wymowa samogłosek w parach: a-i, a-u, i-a, u-o, o-i, u-i, a-o, e-o itp.

**Ćwiczenia warg**

1. Parskanie

2. Dotykanie czubkiem języka na zmianę do górnych i dolnych zębów, przy maksymalnym otwarciu ust / żuchwa opuszczona/.

3. Język wysunięty w kształcie grota wykonuje poziome ruchy wahadłowe od jednego do drugiego kącika ust.

4. Rurka – wargi ściągnięte i zaokrąglone unoszą boki języka.

5. Język lekko wysunięty opiera się na wardze dolnej i przyjmuje na przemian kształt „łopaty” i „grota”.

**Ćwiczenia prawidłowego połykania**

1. Unoszenie języka na wałek dziąsłowy za górnymi zębami przy otwartych a następnie zamkniętych ustach.

2. Lizanie czubkiem języka wałka dziąsłowego.

3. Trzymanie czubkiem języka cukierka tik-tak przy wałku dziąsłowym, jednoczesne połykanie śliny.

