

14.04.2020

1. W tym tygodniu zapraszam szczególnie dzieci grup starszych do utrwalania głosek szumiących. Pomocne w tym będą linki do stron. Podczas oglądania kolorowych obrazków, powtarzania zwrotów utrwalamy takie głoski jak sz, ż, cz lub połączenia szcz.

<https://www.youtube.com/watch?v=yfCB8APoeBo>

<https://www.youtube.com/watch?v=CvyPzzg-NUA>

<https://www.youtube.com/watch?v=U2pIuuD4vsg>

https://www.youtube.com/watch?v=IWNdZ5e_N7A

2. Artykuł

O prawidłowym połykaniu!

Nieprawidłowe połykanie, czyli typ połykania infantylnego (charakterystycznego dla niemowląt), może być przyczyną seplenienia międzyzębowego, interdentalnej realizacji głosek t, d, n, a nawet powodować wady zgryzu. Infantylne połykanie powinno samoczynnie przekształcić się w typ dojrzałego połykania w okolicach 3 i 4 roku życia. Jeśli nie nastąpi samoczynnie, wskazana jest konsultacja z logopedą i podjęcie terapii.

Na czym polega połykanie infantylne?

Podczas wykonywania tego automatycznego ruchu język nie pionizuje się. Pozostaje on na dnie jamy ustnej, przesuując się tylko poziomo. Aby połknąć ślinę, płyn czy pokarm, język wsuwa się między zęby lub mocno na nie naciska; czasami wystaje między wargami. Co więcej, napinają się mięśnie wokół ust – dzięki obserwacjom napinania tych mięśni możesz dostrzec, że Twoje dziecko połyka nieprawidłowo.

Jak wygląda prawidłowe połykanie?

Połknij ślinę. Podczas tej czynności czubek Twojego języka opierał się o podniebienie, a konkretnie wałek dziąsłowy (w nazewnictwie dzieci jest to “parking”, “górką” lub “podwórko”). Język samoczynnie wykonywał ruchy pionowe, nie musisz koncentrować się nad sposobem połykania. Żwacze, mięśnie odpowiedzialne za ruchy żuchwą, napinają się, a zęby są zwarte. Mięśnie wokół, w przeciwieństwie do połykania o typie niemowlęcym, ust nie uczestniczą w połykaniu!

Jak ćwiczyć z dzieckiem?

Najlepiej rozpocząć naukę poprawnego połykania pod okiem specjalisty, który pokieruje terapią. Ćwiczenia należy rozpocząć od pionizacji języka oraz nauki unoszenia czubka języka do wałka dziąsłowego.

Kolejnym etapem jest nauka połykania śliny. Aby to robić dobrze, postępuj zgodnie z trzema punktami:

1. Przytrzymaj ślinę.
2. Przyklej czubek języka do podniebienia.
3. Przytrzymaj język na podniebieniu i połknij, nie odklejając go.

Nie jest to proces skomplikowany, jednak utrwalenie i wprowadzenie tego typu połykania jako nawyku automatycznego, będzie wymagało setek (jeśli nie tysięcy) powtórzeń. Jeśli ćwiczenia ze śliną są wykonywane prawidłowo, warto próbować z płynami, a później z pokarmem stałym.

Dopiero kiedy nie zaobserwujesz napięcia wokół narządów artykulacyjnych będzie wiadomo, że Twoje dziecko poprawnie wykonało ćwiczenie.

Powodzenia!

Artykuł pochodzi ze strony <https://www.teczoweprzedszkole24.pl/dla-rodzicow/kacik-logopedyczny/item/2073-o-prawidlowym-polykaniu.html>

3. Dla wszystkich przedszkolaków:

Zwierzęca gimnastyka buzi i języka.

Najlepiej ćwiczenia wykonywać przed lustrem.

Pamiętajmy, że przy ćwiczeniach języka, broda jest nieruchoma!

Ptaszki – wargi mocno ściągnięte, wysuwamy do przodu

Świnka - wysuwanie obu warg do przodu, udając ryjek świnki.

Rybka – wargi wysunięte do przodu, powolne otwieranie i zamykanie warg – tworzenie kształtu koła.

Zajączek – wciąganie policzków do jamy ustnej, policzki ściśle przylega do łuków zębowych, wargi tworzą „zajęczy pyszczek”.

Krowa - naśladowanie przeżuwania

Łakomy miś – oblizywanie warg (szeroko otwarte) ruchem okrężnym – w prawo i w lewo

Chomik - wypycha policzki jedzeniem, a ty pokaż jak można wypchnąć policzki językiem, raz z prawej raz z lewej strony.

Żyrafa - ma długą szyję, wyciąga mocno szyję do góry. Otwórz szeroko usta i spróbuj wyciągnąć język do góry, najdalej jak potrafisz.

Słoń - ma długą trąbę i potrafi nią wszędzie dosięgnąć. Ciekawe czy potrafisz dosięgnąć językiem do ostatniego zęba na górze i na dole, z prawej i lewej strony.

Zmęczony pies – wysuwanie języka na brodę

Zły pies – rozchyłanie warg i pokazywanie wszystkich zębów

Koń - kłaskanie

Zmęczony konik - parskanie wargami.

Małpka – wsuwanie języka między zęby a wargi. Usta przy tym zamknięte.

Wąż – wysuwanie wąskiego języka przy szeroko otwartych ustach.

Biedronka – rysujemy czubkiem języka na podniebieniu kropki biedronki.