

Przykłady ćwiczeń artykulacyjnych:

Ćwiczenia oddechowe poprawiają wydolność oddechową, sprzyjają wydłużaniu fazy wydechowej, co powoduje poprawę jakości mowy. Ćwiczenia prowadzone są najczęściej w formie zabawowej, przy wykorzystaniu różnych środków, np. piórek, piłeczek, wody mydlanej, chrupek, wiatraczków itp. Są także wplatanie w opowieści i zabawy ruchowe.

Przykłady:

1. Wdech nosem (usta zamknięte) i wydech ustami.
2. Dmuchanie na płomień świecy.
3. Dmuchanie na piłeczkę pingpongową, wyścigi piłeczek.
4. Dmuchanie na kulkę z waty, na wiatraczek.
5. Chłodzenie „gorącej zupy” – dmuchanie ciągłym strumieniem.
6. „Zdmuchiwanie mlecza” – długo, aż spadną wszystkie nasionka.
7. Chuchanie na zmarznięte ręce.
8. Naśladowanie lokomotywy – wydmuchiwanie „nadmiaru pary” – ffff, szszsz.
9. Naśladowanie balonika – wypuszczanie powietrza z jednoczesnym odgłosem „ sssss”.
10. Nadmuchiwanie balonika.
11. Naśladowanie syreny – „ eu-eu- eu”, „ au-au-au” – na jednym wydechu.
12. Wyścigi chrupek – dmuchanie w parach.
13. Dmuchanie na piórko, aby nie spadło.
14. Liczenie na jednym wydechu.
15. Powtarzanie zdań na jednym wydechu – najpierw krótkich, potem coraz dłuższych.
16. Powtarzanie zdań szeptem.
17. Naśladowanie śmiechu różnych osób:
 - staruszki: che- che- che
 - kobiety – wesołe cha- cha- cha
 - mężczyźni – rubaszne ho- ho- ho
 - dziewczynki – piskliwe, chichotliwe chi- chi- chi.

Ćwiczenia warg:

1. Wymawianie na przemian „ a-o” przy maksymalnym oddaleniu od siebie wargi górnej i dolnej.
2. Oddalanie od siebie kąćków ust – wymawianie „ iii”.
3. Zbliżanie do siebie kąćków ust – wymawianie „ uuu”.
4. Naprzemienne wymawianie „ i – u”.
5. Cmokanie.
6. Parskanie/wprawianie warg w drganie/.
7. Masaż warg zębami (górnymi dolnej wargi i odwrotnie).
8. Dmuchiwanie na płomień świecy, na watkę lub piłkę pingpongową.
9. 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.
10. Wymowa samogłosek w parach: a-i, a-u, i-a, u-o, o-i, u-i, a-o, e-o itp.
11. Wysiwanie warg w „ ryjek”, cofanie w „ uśmiech”.
12. Wysiwanie warg w przód, następnie przesuwanie warg w prawo, w lewo.
13. Wysiwanie warg w przód, następnie krążenie wysuniętymi wargami.

Ćwiczenia języka:

1. „Głaskanie podniebienia” czubkiem języka, jama ustna szeroko otwarta.
2. Dotykanie językiem do nosa, do brody, w stronę ucha lewego i prawego.
3. Oblizywanie dolnej i górnej wargi przy ustach szeroko otwartych / krążenie językiem/.
4. Wysiwanie języka w przód i cofanie w głąb jamy ustnej.
5. Kląskanie językiem.
6. Dotykanie czubkiem języka na zmianę do górnych i dolnych zębów, przy maksymalnym otwarciu ust / zuchwa opuszczona/.
7. Język wysunięty w kształcie grota wykonuje poziome ruchy wahadłowe od jednego do drugiego kąćka ust.
8. Rurka – wargi ściągnięte i zaokrąglone unoszą boki języka.

9. Język lekko wysunięty opiera się na wardze dolnej i przyjmuje na przemian kształt „łopaty” i „grota”.
10. Ruchy koliste języka w prawo i w lewo na zewnątrz jamy ustnej.
11. Oblizywanie zębów po wewnętrznej i zewnętrznej powierzchni dziąseł pod wargami. Usta zamknięte.

Ćwiczenia usprawniające podniebienie miękkie:

1. Wywołanie ziewania przy nisko opuszczonej szczęce dolnej.
2. Płukanie gardła ciepłą wodą.
3. „Chrapanie” na wdechu i wydechu.
4. Głębokie oddychanie przez usta przy zatkanym nosie i odwrotnie.
5. Wymawianie połączeń głosek tylnojęzykowych zwartych z samogłoskami, np. ga, go, ge, gu, gy, gi, gą, gę, ka, ko, ke, ky, ki, ku, ak, ok, ek, ik, yk, uk...
6. Wypowiadanie sylab /jak wyżej/ i logatomów: aga, ogo, ugu, eke, yky, ygy, iki, igi, ogo, egę itp.
7. Nabieranie powietrza nosem i zatrzymanie w jamie ustnej. Policzki nadęte. Początkowo nadymać policzki z zatkanym nosem, a następnie próbować połykać powietrze.

Ćwiczenia policzków:

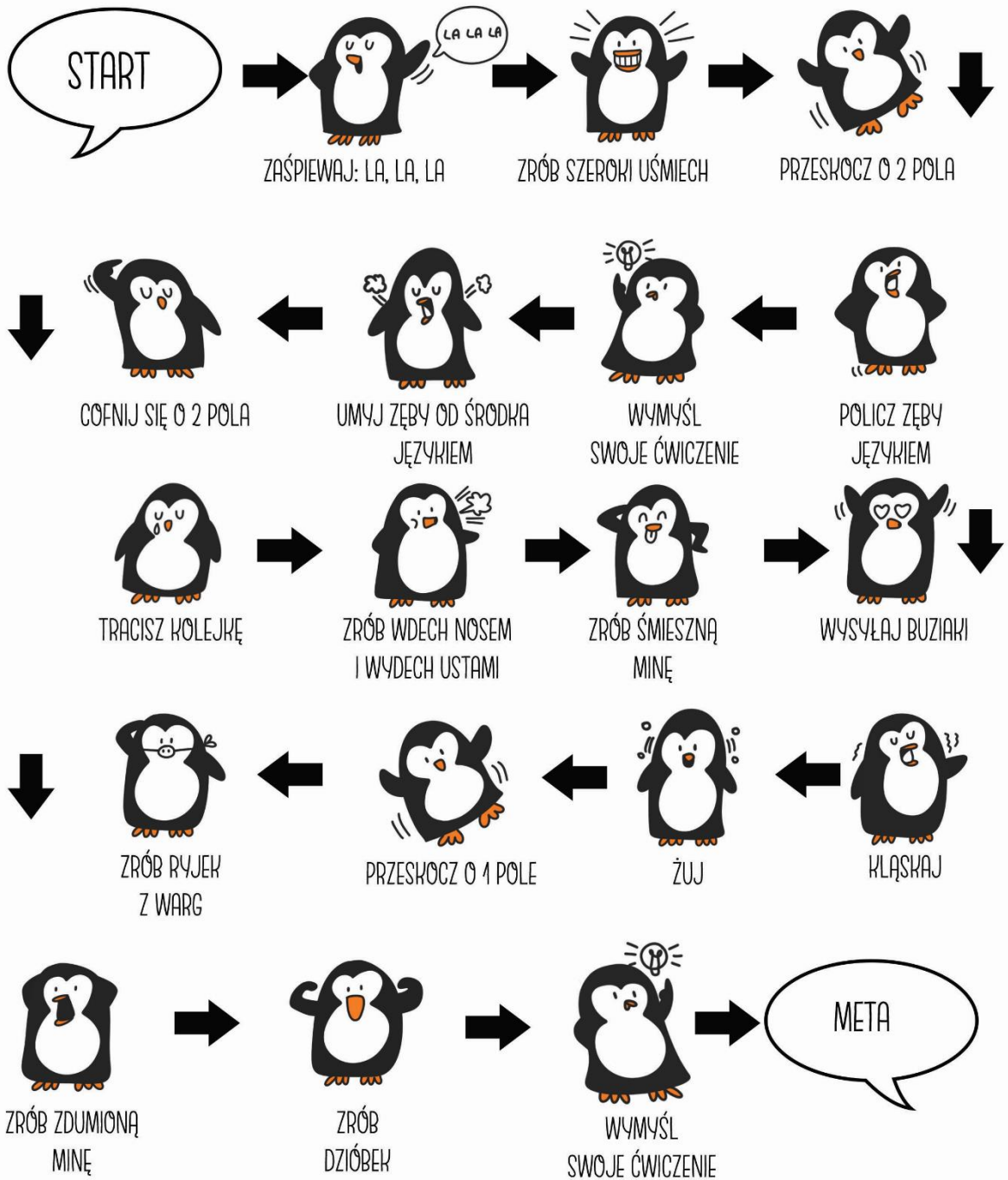
1. Nadymanie policzków – „gruby miś”.
2. Wciąganie policzków – „chudy zajaczek”.
3. Nabieranie powietrza w usta i zatrzymanie w jamie ustnej, krążenie tym powietrzem, powolne wypuszczanie powietrza.
4. Naprzemiennie „gruby miś” – „chudy zajaczek”.
5. Nabieranie powietrza w usta, przesuwanie powietrza z jednego policzka do drugiego na zmianę.

Gra z ćwiczeniami artykulacyjnymi.



GIMNASTYKA BUZI I JĘZYKA

rysopisy.info@gmail.com
Rysopisy





RYSOPISY

GIMNASTYKA BUZI I JĘZYKA WYMYŚL SŁOWO

rysopisy.info@gmail.com

f Rysopisy

Wymyśl dowolne słowo (może to być Twoje imię).

Przeliteruj je. Wykonuj ćwiczenia przypisane danym literom.



MRUCZ
JAK MIS.



SPIEWAJ!



DOTKNIJ JĘZYKIEM
DO NOSA.



TAŃCZ JĘZYKIEM.



PARSKAJ
JAK KOŃ.



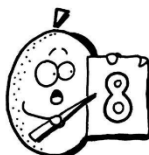
OBLIZUJ USTA.



ZDZIWI SIĘ:
„0.0.0.0!”.



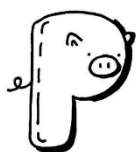
SCHOWAJ WARGI.



MALUJEMY JĘZYKIEM
ÓSEMKI.



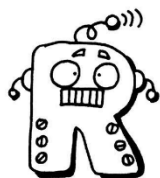
POKAŻ WSZYSTKIE
ZĘBYYY.



ZRÓB RYJEK
JAK PROSIACZEK.



WYMYŚL SWOJĄ
ZABAWĘ JĘZYKIEM.



MÓW JAK ROBOT
(np. tra, tro, tre).



KLĄSKAJ
JAK ŹREBIĘ.



STUKAJ JĘZYKIEM
O PODNIEBIENIE.



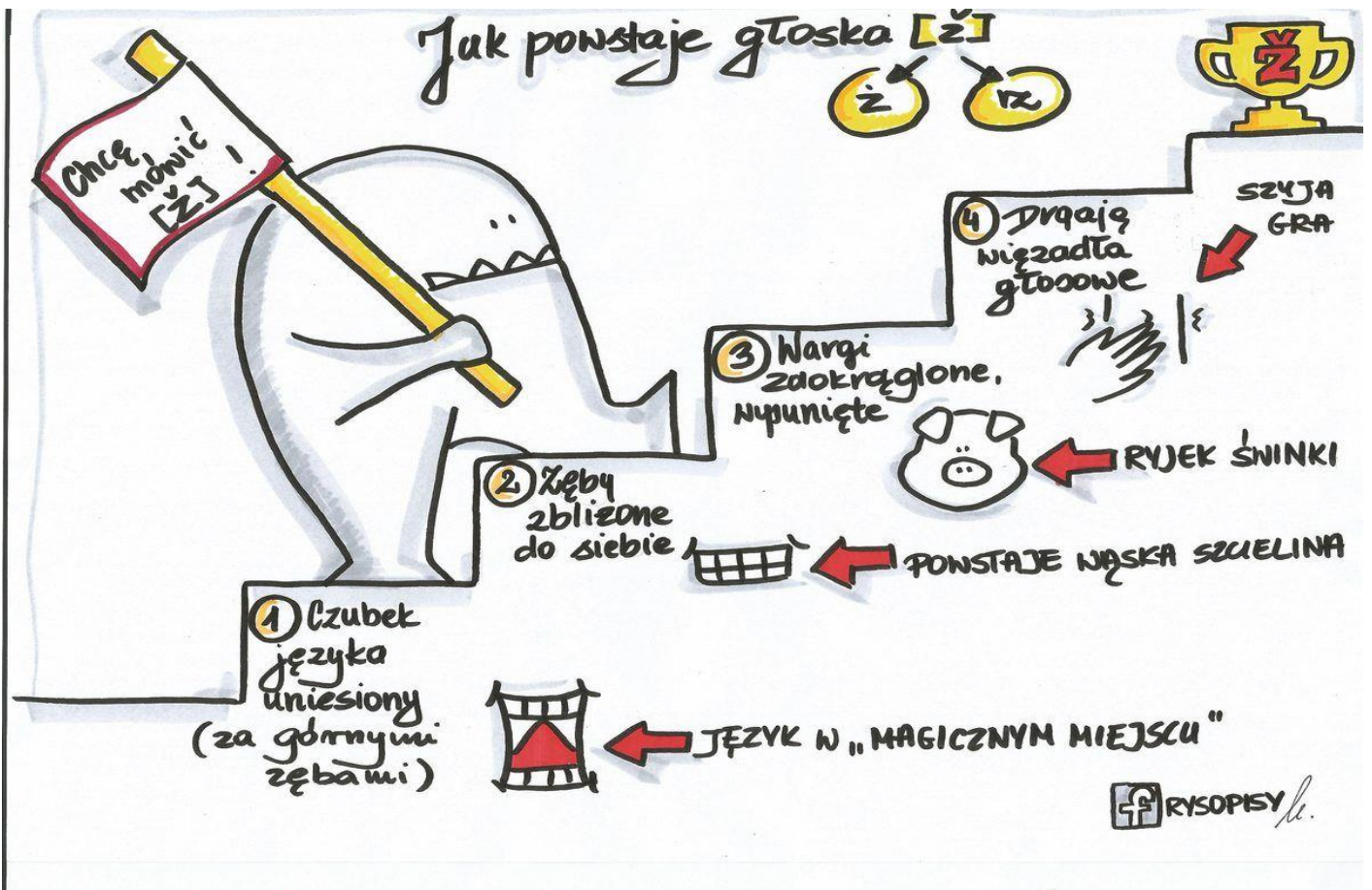
JĘZYK SKACZE
JAK ZABA.

Artikulacja głoski „sz”, „ż”, „rz” :

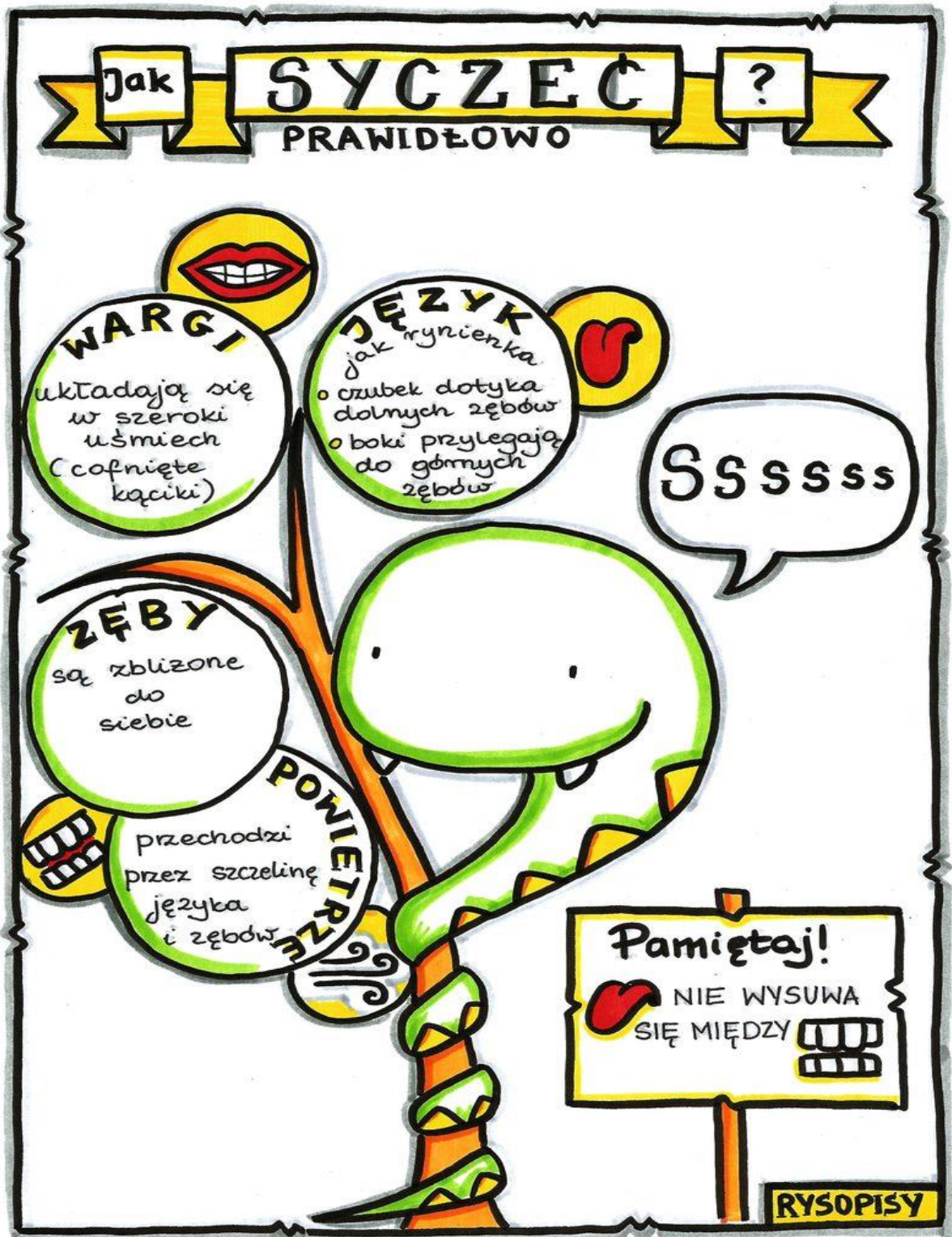
Jak powstaje głoska [ʃ]=sz



Jak powstaje głoska [ʒ]



Artykulacja głóski „s”, „c”:



Jak powstaje głoska [c]



WYMAWIAMY: TSSSS, TSSSS

POWOLI SKRACAMY S i WYCOFUJEMY T

WYMOWA C z wargami w uśmiechu
ze zbliżonymi zębami



PAMIĘTAJ
nie ucieka
na boki
ani
między zęby!

