

Logopedia w kuchni

Logopedia kojarzy się z specjalistycznym gabinetem i terapeutą prowadzącym skomplikowane ćwiczenia. Ważna w tej pracy jest systematyczność, stąd częsta prośba, skierowana do rodziców, o kontynuację niektórych ćwiczeń w domu. Ale aby poćwiczyć prawidłowe oddychanie, kontrolę wydechu, czy poprawić ruchliwość języka, wystarczy wykorzystać czas spędzany w kuchni podczas przygotowania posiłku, dosłownie kilkanaście minut, a nasze domowe sprzęty kuchenne świetnie zastąpią logopedyczne pomoce! Oto kilka propozycji takich prostych ćwiczeń, przetestowanych przez mamy !

KARUZELA



Potrzebne będą:

- talerz z wyższym brzegiem
- kawałek folii aluminiowej zwinięty w kulkę

Polecenie: dmuchamy w kulkę wprawiając ją w ruch obrotowy.

Cel: ćwiczymy prawidłowe wydychanie powietrza, ucząc się kontroli jego kierunku i siły.

STRZAŁ DO KOSZA



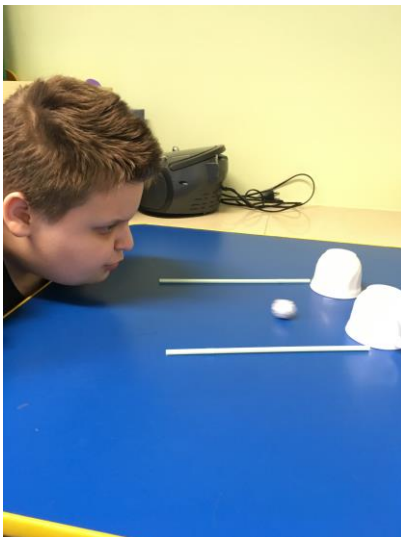
Potrzebne będą:

- kawałek folii aluminiowej zwinięty w kulkę
- rurka po folii spożywczej
- kubek

Polecenie: dmuchamy kulkę przez rurkę trafiając do kubka.

Cel: nauka kontrolowania siły i kierunku wydychanego powietrza.

STRZAŁ DO BRAMKI



Potrzebne będą:

- dwa kubki
- kulka z folii aluminiowej
- dwie słomki lub łyżeczki jako ograniczniki toru kulki

Polecenie: dmuchamy kulkę trafiając między kubki.

Cel: nauka kontrolowania siły i kierunku wydechu.

WĘDRUJĄCE PŁATKI



Potrzebne będą:

- dwa talerze
- słomka
- płatki śniadaniowe

Polecenie: wciągając powietrze przenosimy słomką płatki z jednego talerza na drugi (przeniesione można zjeść).

Cel: kontrola wdechu i wydechu, ćwiczenie pracy przepony.

JĘZYCZKOWY MALARZ



Potrzebne będą:

- talerz
- dowolny serek, jogurt lub Monte

Polecenie: rysujemy obrazek używając języka i serka (język układamy w szpic).

Cel: ćwiczenie rozwijające ruchliwość języka, kontrolę jego ułożenia.

WESOŁE MINKI



Potrzebne będą:

- lusterko lub duża łyżka
- jogurt, Nutella lub serek

Polecenie: pokaż językowi jak zrobić wesołą minę. Smarujemy różne miejsca wokół ust, brodę, podniebienie, zlizujemy krem językiem, trzymając nieruchomo otwartą buzię, kontrolujemy ułożenie języka w lusterku lub w odbiciu w łyżce

Cel: ćwiczymy ruchliwość języka i jego pionizację.

ŻYCZĘ MIŁEJ ZABAWY CZEKAJĄC NA OBIĄD...