

pracy nad ponizacją języka a także przy wywoływaniu głóski [l]- bardzo często używam również „stukania” w czubek głowy.

Świnka

Przysysamy cały język u góry na podniebieniu i mlaszczemy jak **świnka** przy jedzeniu.

Konik

Kłaskamy językiem, tak jak jadący **konik stuka kopytami**. To najprostsze i najczęściej stosowane ćwiczenie pionizacji języka.

Rekin

Rekin ma dużo ostrych **zębów**. Sprawdź, czy Twoje zęby są równie ostre – dotknij czubkiem języka kolejno wszystkich zębów u góry.

Biedronka

Rysujemy czubkiem języka na podniebieniu tyle kropek, ile biedronka ma na swoich skrzydłach.

Muchomor

Narysuj czubkiem języka tyle kropek, ile ma muchomor na kapeluszu. Możemy się umówić, że muchomor ma tyle kropek, ile lat ma dziecko.

Piłeczka [lub balonik]

Rzuć piłeczką, policz ile razy się odbiła a następnie podskocz czubkiem języka tyle razy na podniebieniu, **ile razy odbiła się piłeczka**. Przy każdym skoku języka możesz podnieść ręce do góry i również podskoczyć. Przy następnym ćwiczeniu z piłeczką możesz ją podrzucać do góry i łapać, a następnie podnosić język do góry.

Bob Budowniczy z pędzlem

Umawiamy się, że język to **pędzel malarski** i malujemy nim sufit [czyli podniebienie] na biało.

Miotła

Język zamienia się w **miotłę** i wymiata wszystkie kurze z sufitu [czyli podniebienia]. Wymiatamy również kurze z górnych zębów i wnętrza policzków.

Klepsydra

Podnosimy język do góry na podniebienie i odwracamy klepsydrę. Trzeba wytrzymać tak długo, jak przesypuje się w niej piasek [1 lub 2 min].

Drabina

Z **patyczków układamy drabinę**. Przeskakujemy paluszkami z jednego szczebelka na drugi i wspinamy się do góry. Tak samo język wspina się z dołu buzi na samą jej górę: dotykamy czubkiem języka kolejno: dziąsła pod językiem, dolnych zębów, górnych zębów,



podniebienia tuż za górnymi zębami, środka podniebienia.

Kredka

Najpierw sprawdzamy czy **kredka rysuje** – czubkiem języka rysujemy **na niby** kredką dużą kropkę na podniebieniu tuż za zębami. Następnie **czubkiem języka rysujemy na podniebieniu**: kółko, kwadrat i trójkąt.

Farby

Na niby, nakładamy na **czubek języka kolejne kolory farb**. Prosimy, by dziecko pomalowało: na niebiesko- podniebienie, na zielono- zęby, na czerwono- wnętrze policzków, na żółto- wielką kropkę na środku podniebienia, na pomarańczowo- krawędź górnych zębów... Oczywiście im zabawniej, tym lepiej! Na koniec **zamieniamy czubek języka w gumkę** i ścieramy wszystko co tam namalowaliśmy, bo kto to widział, aby chodzić z kolorowymi zębami;)

Pogoda - książeczka

Na podniebieniu **czubkiem języka rysujemy poszczególne stany pogody**: słońce, chmurę, deszcz, tornado [rysujemy ślimaka] oraz tęczę [kreski, tak jakbyśmy łączyli kolejne zęby ze sobą]. Na koniec zadania język zamienia się w gąbkę do mycia i dokładnie zmywa z podniebienia malunki – w książeczce symbolem oznaczającym mycie jest rysunek wiaderka.



Smerf

Bawiąc się lub spacerując Smerfy zwykle śpiewają sobie **smerfną piosenkę: la, la, la....** Razem z dzieckiem śpiewamy na melodię ze smerfowej bajeczki, pamiętając oczywiście o starannym unoszeniu czubka języka do góry.

Lala

Udajemy, że **lulamy laleczkę i nucimy: luli, luli, luli....** Zachęcamy, by dziecko opowiedziało, co robi lala przed pójściem spać. Za każdym razem gdy dziecko wymawia słowo „lala” stara się unieść czubek języka do góry.

Księga rekordów

Mała książeczka, w której zapiszemy **sukcesy dziecka**– możemy notować: ile razu w ciągu określonego czasu [np.:15s] dziecko potrafi unieść język do góry, jak długo wytrzyma z opuszczoną brodą i językiem umieszczonym na podniebieniu, ile razy potrafi podskoczyć z rękoma uniesionymi do góry i językiem umieszczonym na podniebieniu...

Poniższe ćwiczenia są **bardzo trudne!**

Klej

Na niby „nakładamy” **klej na czubek języka**. Język „przyklejamy” tuż za górnymi zębami, następnie opuszczamy i podnosimy żuchwę szeroko otwierając usta. Język cały czas nie odrywa się od podniebienia.

Rybka- glonojad

Przysysamy **czubek języka na podniebieniu u góry**. Nie odklejając języka, otwieramy buzię, aby mama mogła zobaczyć przyssany język:)

Skrzynia skarbów

Próbujemy otworzyć **skrzynię, w której piraci umieścili skarb**. Język umieszczamy na podniebieniu tuż za zębami, otwieramy i zamykamy buzię a język nadal pozostaje na swoim miejscu. W zabawkowej skrzynce możemy również umieścić cukierek z dziurką w środku np.: halls [może być to również rodzynek, odrobina andruta lub inny niewielki, płaski cukierek]. Zadaniem dziecka jest utrzymanie go na podniebieniu przez kilka chwil. To zadanie polecam jako **nagrodę** na zakończenie ćwiczeń:)



Oczywiście **trenując właściwe ułożenie języka** nie męczymy dziecka wszystkimi zgromadzonymi w worku zadaniami. Niech worek pozostanie **magiczny** i zawiera nieznanne dziecku przedmioty i zadania. Praca nad **właściwym ułożeniem języka** zwykle wymaga wielu powtórzeń i warto mieć w zanadrzu coś nowego:) Warto też kierować się preferencją dziecka i częściej wykonywać te zadania, które dziecko lubi najbardziej- wszystkie i tak ćwiczą to samo.

Pamiętajmy również o tym, że lepsze efekty uzyskamy ćwicząc kilka razy dziennie po kilka minut niż ćwicząc raz na kilka dni przez pół godziny.

Zabawy z zadaniami:

1. **Dziecko losuje kilka przedmiotów.** Dorosły instruuje w jaki sposób ćwiczymy z danym przedmiotem. Gdy dziecko zapamięta już w jaki sposób ćwiczymy np.: z biedronką może pokazać i poprosić dorosłego, by również on wykonał to ćwiczenie.
2. **Dorosły losuje przedmiot**- nie pokazując dziecku- a następnie opisuje go. Zadaniem dziecka jest odgadnięcie, co to jest i wykonanie związanego z tym przedmiotem ćwiczenia.
3. **Wybieramy z worka kilka przedmiotów**, a następnie chowamy je w pokoju. Dziecko odnajduje je- bawiąc się w „ciepło-zimno” i robi zadane ćwiczenia.
4. **Wyjmujemy kilka przedmiotów z worka- zapamiętujemy je.** Jeden z przedmiotów chowamy- oczywiście należy zgadnąć co zginęło. Na początku zabawy to dziecko chowa przedmiot a dorosły zgaduje, potem następuje zamiana ról.
5. **Wyjmujemy wszystkie przedmioty z worka**- do ćwiczeń wybieramy tylko te, które mają: coś czerwonego, zielonego... są miękkie, twarde.... zwierzęta, artykuły szkolne... ich nazwa składa się z 2 lub 3 sylab.... najładniejsze przedmioty wg dziecka.... Kategorie wyboru może być tyle, ile zdołamy wymyślić;) Po dokonaniu wybraniu **wykonujemy** oczywiście **ćwiczenia artykulacyjne** przypisane danym rzeczom.
6. **Wyjmujemy całą zawartość worka**, układamy równo i starannie na stole, a następnie zapamiętujemy układ. Dziecko zamyka oczy a dorosły w tym czasie chowa jedną rzecz. Zadaniem dziecka jest odgadnięcie, co zginęło [po odgadnięciu zaginionego przedmiotu wykonujemy przypisane mu ćwiczenie]. Zawsze odkładamy przedmioty na miejsce. **Dorosły też bierze udział w zabawie i nie tylko chowa, ale także zgaduje.** Dobrze jest się czasem pomylić- dziecko ma wtedy mnóstwo radości;)

Źródło:<https://domologo.pl/logopedia>

