

Ćwiczenia języka przy posiłkach:

- zlizywanie dżemu, miodu, nutelli z podniebienia, górnych zębów, górnej wargi przy szeroko otwartej buzi,
- zlizywanie kisielu, budyniu, lodów roztopionych z talerzyka – pracuje tylko czubek języka przy szeroko otwartej buzi,
- na talerzyk wylewamy ulubiony napój dziecka – jego zadaniem jest zlizanie napoju językiem,
- przyklejanie pojedynczego ryżu preparowanego lub kawałka lekko namoczonego wafelka do wałka drożdżowego tuż za górnymi zębami – zadaniem dziecka jest przy szeroko otwartej buzi ściągnąć ryż lub wafelek czubkiem języka i zjeść wafelek lub ryż,
- na talerzyku rozsypujemy płatki w kształcie kulek – prosimy dziecko, aby poślinoło kulkę i przykleiło ją (w razie potrzeby z naszą pomocą) pod nosem, następnie prosimy, aby dziecko sprawnym ruchem języka zabrało kulkę i zjadło żując z zamkniętą buzią,
- ścinamy ostry czubek wykałaczek lub patyków szaszłykowych, na patyk nadziewamy kółko śniadaniowe (płatki śniadaniowe w kształcie kółek z dziurką) – zadaniem dziecka jest przesunięcie płatka językiem w górę patyka, a następnie zjedzenie smakołyku,
- przygotowujemy ulubione smarowidło (dżem, miód itd.) dziecka i nakładamy na szpatułkę lub drewnianą rączkę czystej kuchennej łyżki drewnianej – prosimy, aby dziecko otworzyło buzię i czubkiem języka zlizowało smakołyk,
- na talerzyku rozsmazujemy płynną czekoladę, dżem, nutellę, albo rozsypujemy oranżadę w proszku lub cukier trzcinowy i prosimy, aby dziecko przy szeroko otwartej buzi czubkiem języka narysowało na talerzu dowolny kształt,
- zlizywanie lodów, lizaka czubkiem języka, zwracając uwagę, aby język przy zlizywaniu podnosił się do góry.

Ćwiczenia warg przy posiłkach:

- łapanie wargami chrupek śniadaniowych w kształcie kulek,
- zjadanie paluszków bez pomocy rąk – do buzi wsadzamy paluszkę, mocno ściskamy wargami i zjadamy go,
- płukanie zębów wodą z nadętymi policzkami – wargi mocno ściśnięte,
- na talerzyk kładziemy płatki śniadaniowe np. kukurydziane – zadaniem dziecka jest zdmuchnięcie ich z talerzyka za pomocą słomki,
- przenoszenie chrupek śniadaniowych za pomocą rurki z jednego talerzyka do drugiego,

- rozsypujemy na talerzyku kilka żelków- prosimy, żeby dziecko odgryzło kawałek żelka przednimi zębami (żelek powinien być odgryziony a nie oderwany), a następnie przeżuło żelka z zamkniętą buzią,
- rozsypujemy żelki na talerzyku – prosimy dziecko, aby trzymało żelka przed swoimi ustami i na przemian dawało misiowi całusa i łaskotało językiem gili, gili,
- rozsypujemy na talerzyku kilka żelków – prosimy dziecko, aby na przemian przesuwalo w buzi żelka językiem od jednego policzka do drugiego, wargi są cały czas mocno domknięte,
- smarujemy wargi dziecka nutellą, dżemem – prosimy aby dziecko wysunęło wargi do przodu, tak jak wtedy kiedy mówimy mu, hu, hu. kuku i stawiamy czekoladowe pieczątki na talerzyku, trzymając usta w kształcie okienka – ćwiczenie to szczególnie lubią dziewczynki, ponieważ będą mogły się poczuć jak mamy malujące usta szminką. Do tego ćwiczenia idealna będzie również prawdziwa szminka.

Opracowała: Katarzyna Cieślak
logopeda