

Ćwiczenia pionizacji języka czyli unoszenia języka do wałka dziąsłowego (okolice za górnymi siekaczami - miejsce, w którym wymawiamy głoskę „L”) **sa podstawą terapii wszystkich wad wymowy oraz korekty czynności połykania.**

Umiejętność pionizacji języka stanowi podstawę do poprawnej artykulacji wielu głosek ( między innymi l, sz, ż, cz, dż, r) i prawidłowego sposobu połykania. Dzieci, które nie nabeąą tej umiejętności na późniejszym etapie rozwoju najprawdopodobniej zмагаć się będą z różnego typu wadami wymowy.

Proces pionizacji języka powinien się zakończyć do 3 roku życia.

### ***Ćwiczenia na pionizację języka***

1. Mlaskamy jak świnka.
2. Klaskamy jak konik.
3. Śrubokręt – język jest śrubokrętem, który wkręca śrubkę do sufitu w buzi.
4. Język alpinista – język wspina się coraz wyżej - od górnych ząbków w kierunku gardła.
5. Schody – pierwszy schodek jest tuż za zębami, drugi na wałku dziąsłowym, trzeci na podniebieniu.
6. Pędzelek – język maluje sufit w buzi (podniebienie) – dziecko przesuwają język po podniebieniu przy szeroko otwartej buzi.
7. Zlizywanie z podniebienia czubkiem języka Nutelli, miodu, serka lub dżemu przy szeroko otwartej buzi (wcześniej smarujemy czekoladą, miodem, serkiem lub dżemem podniebienie twarde).
8. Przy szeroko otwartej buzi malujemy czubkiem języka na podniebieniu kropki - dotykamy czubkiem języka różnych miejsc na podniebieniu.
9. Liczymy górne ząbki - przy szeroko otwartej buzi dziecko próbuje językiem dotykać górne ząbki po wewnętrznej stronie.
10. Czyścimy ząbki - przy szeroko otwartej buzi przesuwamy językiem po górnych zębach w prawo i w lewo.
11. Kto dłużej utrzyma? Trzymamy między wałkiem dziąsłowym (miejsce tuż za górnymi zębami) a czubkiem języka drażetkę, tik taka, ziarenko ryżu preparowanego, kawałek chleba, wafelka lub ciastka przy szeroko otwartej buzi.
12. Czubkiem języka turlamy kuleczkę z chrupek śniadaniowych po wałku dziąsłowym tuż za górnymi zębami.
13. Malujemy wąsy - przy szeroko otwartej buzi przesuwamy językiem po górnej wardze ( możemy posmarować wargę Nutellą, miodem lub dżemem).
14. Lizanie loda, lizaka tak aby język przemieszczał się z dołu do góry, natomiast lizak ma być nieruchomo. Zwracamy uwagę, aby dziecko nie poruszało przy tym głową.

15. Oblizywanie talerzyka np.: smarujemy talerzyk Nutellą, miodem, kisielom , budyniem itp., dziecko ma oblizać talerzyk kierując językiem z dołu do góry.
16. Ściągamy językiem z wałka dziąsłowego kawałek wafelka, opłatka, chrupka kukurydzianego lub ryż preparowany ( dociskamy dziecku smakołyk za górnymi zębami przy szeroko otwartej buzi, następnie zadaniem dziecka jest odklejenie czubkiem języka smakołyku przy szeroko otwartej buzi.
13. Język jak żołnierz stoi na baczność – przytrzymywanie przez kilka sekund czubka języka na podniebieniu przy szeroko otwartych ustach.
14. Język jeździ windą, robi w buzi pa, pa, skacze jak piłeczka – dziecko otwiera szeroko usta, podnosi język do wałka dziąsłowego, a następnie opuszcza za dolne zęby; ćwiczenie wielokrotnie powtarzamy.
15. Gumowy język – dziecko dotyka czubkiem języka wałka dziąsłowego, w tym samym czasie porusza żuchwą (dolną szczęką) - w dół i w górę, rozciąga język. Trzymamy czubek języka przyklejony do podniebienia tuż za zębami i w tym samym czasie otwieramy i zamykamy buzię.
17. Dziecioł – stukać czubkiem języka w wałek dziąsłowy tuż za zębami przy otwartej buzi.
18. Glonojad - przyssać czubek języka do podniebienia tuż za zębami przy otwartej buzi.
19. Próbuujemy językiem dotknąć nosa.
20. Śpiewanie znanych melodii na sylabach: la,la, lo, lo, le, le przy szeroko otwartej buzi.

Kiedy dziecko nauczy się pionizować język i pojawi się w wymowie dziecka głoska L zaczynamy poniższe ćwiczenia:

- dużo śpiewamy znane melodie np. "Panie Janie" itp. na sylabach

la, la, la,

le, le, le,

lo, lo, lo **przy otwartej buzi,**

- wymawianie słów i zdań zawierających głoskę *L* np. Lola lula lalę. Lola lubi lody. Lotnik lata samolotem. Ola ma balon. Na stole stoi lampa. W lodówce jest mleko.