

Ćwiczenia usprawniające narządy mowy, a więc język, wargi, i podniebienie przygotowują do prawidłowego mówienia. Jeśli potraktujemy te ćwiczenia jako zabawę, będą dla dziecka czystą przyjemnością. Rola dorosłego polega na pokazaniu prawidłowego wykonania ćwiczenia i zachęceniu dziecka do pracy poprzez chwalenie za podejmowany wysiłek, choćby efekty nie były od razu widoczne.

Zaproponuj dziecku przy porannym i wieczornym myciu zębów liczenie zębów w ten sposób, aby czubek języka dotknął każdego zęba osobno.

Po śniadaniu posmaruj dziecku wargi miodem lub kremem czekoladowym i poproś, aby zlizał je dokładnie jak miś czy kotek.

Przy rysowaniu sprawdź czy Twój maluch potrafi narysować językiem kółko (językiem dookoła ust) lub kreseczki (język od jednego do drugiego kąca ust).

Dmuchiwanie na talerz z gorącą zupą, gryzienie pokarmów, chuchanie na zmarzniete dłonie, cmokanie, puszczenie baniek mydlanych czy dmuchiwanie na piórko to także ćwiczenia aparatu mowy.

Następnie zaproponuj dziecku naśladowanie ruchów zwierząt za pomocą warg i języka, np.:

konik- naśladowanie konika stukając czubkiem języka o podniebienie

świnka- wysuń obie wargi do przodu, udając ryjek świnki, następnie połóż na górnej wardze słomkę lub ołówek i spróbuj utrzymać jak najdłużej

chomik- wypychaj policzki językiem, raz z prawej, raz z lewej strony

żyrafa-spróbuj wyciągnąć język do góry, najdalej jak potrafisz

słoń- słoń ma długą trąbę i potrafi nią wszędzie dosięgnąć, a ty dosięgnij językiem do ostatniego zęba na górze i na dole, z prawej i lewej strony

Czas trwania i liczbę powtórzeń należy dostosować do indywidualnych możliwości dziecka. Na początku należy wykonywać ćwiczenia przed lustrem, a kiedy dziecko potrafi już wykonywać je bez kontroli, można wykorzystywać każdą nadarżającą się okazję: spacer do parku, jazdę samochodem czy drogę do przedszkola.