**Ćwiczenia logopedyczne z wykorzystaniem jedzenia**

Ćwiczenia logopedyczne nie muszą być nudne. Jeśli wykorzysta się smakołyki,  dzieci będą chciały je wykonywać. Oto kilka propozycji ćwiczeń, które będą jednocześnie zabawą i okazją do spędzenia kilka miłych chwil z dzieckiem.

Najczęściej wykorzystywane smaczne „pomoce” to : paluszki, chrupki, długie żelki, posypka do ciasta, nutella, marchewka, bita śmietana, kukurydziane chrupki śniadaniowe

1. Ćwiczenia warg

* Jedzenie słonego paluszka ( długiego żelka, makaronu spaghetti) bez pomagania sobie rękami. Mają pracować tylko wargi.
* Przenoszenie towarów (np.: cukierków, winogron) z jednego talerzyka na drugi za pomocą warg
* Odrywanie wargami kawałków liści sałaty
* Silne zaciskanie warg wokół słonego paluszka
* Ćwiczenie z chrupką – chrupkę kukurydzianą należy położyć na dolnej wardze,  następnie  naprzemiennie  trzeba  mocno zaciskać wargi i szeroko otwierać buzię
* Picie za pomocą rurki np.:  gęstego soku
* Na jeden z talerzyków wsypujemy **–** płatki śniadaniowe . Prosimy dziecko, żeby zasysając słomką produkt, przeniosło go na drugi talerzyk.

      2. Ćwiczenia języka

* Rozsmarowanie na talerzyku jogurtu (nutelli, serka Danio), dziecko ma językiem rysować wzorki (obrazki, literki)
* Rozsmarowanie na talerzyku (podobnie jak poprzednio – czegoś smacznego), język ma wylizać  (wyczyścić) talerzyk
* Zanurzanie języka w jogurcie i malowanie kropek na górnej wardze lub podniebienia
* Oblizywanie „wąsów” – oblizywanie buzi posmarowanej miodem (nutellą, jogurtem, bitą śmietaną)
* Zlizywanie z podniebienia czekoladki – najpierw przyklejamy do podniebienia kawałek czekoladki (chrupki, cukierka), następnie dziecko językiem zlizuje smakołyk
* Posmarowanie czymś smacznym kącików ust – dziecko ma językiem sięgać raz do jednego, raz do drugiego kącika ust
* Lizanie lodów (lizaków) czubkiem języka (od dołu do góry)
* Zabawa w kotka- picie językiem mleka (wody, soku)

      3. Ćwiczenia usprawniające połykanie

* Jedzenie, gryzienie twardych owoców i warzyw – marchewki , jabłka, kalarepy
* Przyklejanie czubkiem języka kawałka (czekolady, ziarenka posypki na ciasto, kawałka płatka śniadaniowego) do wałka dziąsłowego  i z językiem uniesionym do góry oraz zwartymi zębami połykanie.

Renata Jamorska