

Oddech a mowa

Zwrócenie bacznej uwagi na rozwój prawidłowego toru oddechowego (wdech nosem) pozwala zapobiegać nieprawidłowościom, które mogą przyczynić się do powstania zaburzeń mowy, takich jak seplenienie czy jąkanie.

Rozwój umiejętności wypowiedziania się można stymulować poprzez zabawy oddechowe, mające na celu koordynację ruchu niezbędnego do tworzenia głosu. Zabawy te można stosować w codziennych sytuacjach.



Dmuchawce, latawce, wiatr... balony, bańki mydlane, papierowe statki na wodzie stwarzają świetne okazje do zabaw oddechowych.

Zabawy oddechowe:

- zdmuchiwanie kawałka papieru z gładkiej powierzchni,
- zdmuchiwanie kawałka papieru za pomocą słomki z chropowatej powierzchni,
- dmuchanie przez słomkę na kulki styropianu umieszczone w kubeczku,
- dmuchanie na piórko, piłeczkę ping-pongową, waciki, kawałki papieru,
- dmuchanie wacików ustawionych w szeregu – wyścigi samochodów,
- dmuchanie na watki obiema dziurkami nosa, a następnie przytykanie na przemian jednej z dziurek nosa,
- chuchanie na „zmarznięte ręce” oraz „gorącą zupę”,
- wężanie kwiatków, napojów,
- dmuchanie na wiszące na sznurkach watki, piórka, kokardki,
- dmuchanie na wiatraczek,
- dmuchanie na zapaloną świeczkę tak, aby płomień nie zgasł, tylko wygiął się,
- pompowanie baloników,
- gwizdanie,
- puszczenie baniek mydlanych,
- dmuchanie do naczynia z wodą przez rurkę.