

O czym należy pamiętać wykonując ćwiczenia logopedyczne w domu?

- **Zadbaj o stałą porę wykonywania ćwiczeń.** Dziecko łatwiej zaakceptuje konieczność wykonywania ćwiczeń logopedycznych, jeśli staną się one częścią codziennego rytuału (np. ćwiczymy dwa razy dziennie – raz po obiedzie, a raz przed dobranocką).
- **Lepiej ćwiczyć krócej, po kilka razy dziennie niż raz a długo.** Wówczas ćwiczenia nie będą takie nużące. Takie rozłożenie w czasie ma też korzystny wpływ na kształtowanie się nawyków prawidłowego mówienia.
- **Zadbaj o to, aby jak najwięcej uczyć poprzez zabawę.** Ćwiczenia nie mogą być dla dziecka karą, tylko przyjemnością. Można zaopatrzyć się w kilka atrakcyjnych pomocy dydaktycznych. Własnoręczne przygotowanie pomocy do ćwiczeń dodatkowo wzmocni poczucie więzi między nami i dzieckiem, a także sprawi, że dziecko chętniej weźmie udział w „wykorzystaniu” nowej zabawki dydaktycznej.
- **Unikaj zwrotu „ćwiczenia logopedyczne”, kiedy próbujesz nakłonić dziecko do wykonywania tychże.** Lepiej mówić „zabawa”, albo po prostu nazwać czynność, którą będzie wykonywana, np. „będziemy gimnastykować buzię i język”. Oczywiście nie popadajmy w przesadę w unikaniu zwrotu „ćwiczenia logopedyczne” :)
- A co jeśli czasem trzeba wykonać żmudne i mało ciekawe ćwiczenia? **Przeplataj zabawę nauką!** Równie dobrze można poprosić dziecko o powtarzanie słów, zwrotów i zdań kiedy koloruje lub bawi się czymś spokojnie, albo wykonywać miny przed lustrem podczas codziennych czynności higienicznych.
- **Rozwijaj u dziecka prawidłową wymowę angażując wiele zmysłów.** Im więcej zmysłów dziecka zaangażujemy w rozwój i kształtowanie prawidłowej mowy i komunikacji, tym skuteczniejsze będą nasze zabiegi i działania w tej sferze.
- **Wykorzystuj każdą naturalną sytuację,** aby „przemycić” kilka słówek do utrwalenia lub ćwiczeń.
- **Staraj się przystępować do ćwiczeń zrelaksowanym** Nie odkładaj ćwiczeń na sam koniec dnia, kiedy wszyscy są zmęczeni. Trudniej wówczas współpracować i efekty też będą gorsze.
- **Zaangażuj całą rodzinę do zabaw utrwalających wymowę.** Można pokazać domownikom, jak się „bawić w poprawne mówienie” i bawić się razem! Dla dziecka będzie to przyjemna odmiana i przede wszystkim czas spędzony z najbliższymi.
- **Uświadamiaj dziecko, jakie skutki przyniosą wykonywane ćwiczenia** Starszym dzieciom można przedstawić korzyści krótko i długofalowe, jak np. akceptacja ze strony rówieśników, brak strachu przed wypowiedaniem się na forum klasy. Młodszym dzieciom możemy powiedzieć, że język będzie silny, buzia będzie umiała robić różne trudne sztuczki, a słowa, które wydawały się do tej pory trudne do wymówienia będą „odczarowane”, czy też „obudzone z głębokiego snu”, bo wszystkie chcą być używane.
- **Bądź cierpliwy i konsekwentny.** Czasem mijają długie tygodnie zanim pojawią się pierwsze efekty terapii.

Powodzenia:) Anna Stramska