

## Milé děti a milí rodiče,

protože jsme se už dlouho neviděli a pravděpodobně se ještě nějakou chvíli nevidíme, je potřeba procvičovat nejen naši hlavičku, ale také naši pusinku a jazýček. Řeč je přeci důležitý nástroj pro komunikaci s lidmi, a proto si s dětmi, prosím, na chvíli sedněte a udělejte si svoji domácí logopedickou chvíli 😊.

Děti ví, že než jdeme ve školce cvičit, musíme se vždy nejdříve protáhnout, a to samé platí i u mluvení. Pojdte si tedy jako první rozcvičit a protáhnout svůj jazýček.

### 1) Artikulační cvičení

#### Jazyková rozcvička

- Vyplázni jazýček.
- Vyplázni jazyk a pohybuj jazykem zleva doprava a zprava doleva – jako když zaléváš záhon kytiček 😊
- Vyplázni jazyk a pohybuj jazykem nahoru a dolů – můžeš se zkusit dotknout dolního i horního rtu, brady a kdo zvládne, tak i nosu – jako když skáčeš na trampolíně.
- Schovej jazyk za dolní zuby.
- Schovej jazyk za horní zuby.
- Jazykem si vydouvej levou a pravou tvář zevnitř – tak, aby z venku byla na tváři boule.
- Zkus jazykem kroužit v pusince (dotýkáš se zubů) a i mimo pusinku (vyplázni ho a zkus s ním zakroužit).
- I když čerti chodí v prosinci, zkusíš je napodobit? – zvedni jazýček k hornímu rtu a hornímu patru a snaž se ho rozkmitat, co nejrychleji – „bl, bl“.

Pro inspiraci můžete mrknout na video 😊 - [Základní motorika mluvidel - YouTube](#)

#### Cvičení pro rty a tváře

- Našpul rty – můžeš dát mamince a tatínkovi pusu.
- Široký úsměv – usměj se třeba na vykukující jarní sluníčko.
- Zamračení – zamrač se, když přijde první jarní déšť.
- Uvolni rty a brnkej prstem o dolní ret.
- Nafoukni tváře a pak je prsty „propíchni“ – jako včelička, která píchá žihadlo 😊
- Vysaj vzduch z tváří – kapřík.
- Nafoukni obě tváře a pak z nich postupně vypouštěj vzduch – jarní větřík.
- Jak voláš na kočičku? – „či, či, či“
- Opakujte 5x za sebou samohlásky a – e – i – o – u – pořádně otvírej pusinku.

Teď si zkus, jak dobře ovládáš svůj dech a schválně, na jak dlouho ho dokážeš zadržet?

## 2) Dechová cvičení

– nadechovat se do břicha (nezvedat ramena)

- správné držení těla (nehrbíme se, stojíme v klidu s rukama podél těla)

- Na procházce se pořádně nadechni a zkus vnímat, jaké všechny vůně cítíš, například vůni nějaké květiny, stromu, hlíny, trávy, zimy nebo už jara? 😊
- Nadechni se nosem a vydechni ústy jako jarní větříček. (můžeš přidat na síle výdechu a střídat je 😊).
- Nadechni se nosem, zadrž dech na 3 – 4 vteřiny (jako když se ponoříš do vody) a vydechni ústy.
- Nadechni se a zkus při výdechu říct 2 až 3 jednoduchá slova nebo větu, např. jaro už je tu.
- Máš doma bublifuk? Zkus nafouknout tu největší bublinu.
- Vezmi brčko, ponoř ho do vody a foukej do něj – domácí vířivka.
- Zmačkej kus papíru do kuličky a snaž se ji sfouknout ze stolu, můžeš si představit, že kulička představuje zimu a tu chceš odfouknout, co nejdál to půjde, protože se těšíš na jaro 😊.
- Na jeden nádech zkus sfouknout více svíček najednou. (jen pod dohledem rodičů 😊)

Může se zapojit i celá rodina a zahrát si „foukanou kopanou“ – stačí si na stole vytvořit dvě brány a vyrobit míč, například z muchlaného papíru, pingpongového míčku, perlička nebo z čehokoliv jiného, co vás napadne. Cílem hry je strefit se druhému týmu do brány a dát „foukaný gól“ 😊. A když se vám bude chtít, můžete si jít zakopat ven na sluníčko 😊.

Dokážeš správně napodobit všechna zvířátka?

## 3) Fonační cvičení

- Na jaře se rodí nejvíce zvířátek, dokážeš některá napodobit?  
Kočka mňouká – „mňau, mňau“ a jak voláš na kočičku? – „či, či, či“  
Kuřátko pípá – „píp, píp, píp“  
Had syčí – „sssss“  
Sova houká – „hú, hú, hú“ (pamatuješ si, jaké sovičky nám ve školce hnízdí na stromě? – Kalous ušatý)  
Myš piští – „ííííí“  
Kůza mečí – „mée, méé“  
Moucha bzučí – „bzz, bzz“  
Frkání jako koník – vibrace volných, k sobě přiložených rtů a při výdechu frkáš jako koník  
Pokud tě napadnou i jiná zvířátka, můžeš je taky zkusit napodobit 😊
- Auto troubí – „tutůt, tutůt“
- Mašinka – „š š š š“

- Jarní větrík fouká – „fíí, fíí“

Slyšíš venku ptáčky zpívat? A víš, kteří odlétají na zimu do teplých krajín? 😊

#### 4) Sluchová cvičení

- **Poznáš, co slyšíš?** – maminka nebo tatínek napodobují různé zvuky (např. mlaskání, dupání, ťukání, kašláni, syčení, puštění vody z kohoutku, zavření dveří atd.) a děti se snaží poznat, jaký zvuk právě slyšely (děti by měly mít zavřené oči nebo být otočené zády)
- **Odkud zvuk vychází?** – děti zavřou oči a určují odkud zvuk slyšely
- **Zvukové (sluchové) pexeso** – můžete si vyrobit například z krabiček od sirek, které naplníte vším možným, například čočkou, pískem, mincemi, oříšky a hraje se jako klasické pexeso, akorát podle svého sluchu 😊

A na závěr... 😊

#### 5) Mluvní dovednosti

##### Slovní zásoba

- Hra „Šla babička do města a koupila tam ...“ – doplňte slovo a postupně přidávejte další – střídejte se s mamkou, taťkou nebo se sourozencem → procvičování paměti

##### Rozumění řeči

- Prostorová orientace – pokyny dětem: polož kostičku na knihu, dej kostičku vedle knihy, dej kostičku pod knihu, za, do, k, před, atd..
- Časová orientace – roční období, dny v týdnu, řazení každodenních činností (jdu spát, když je večer, atd..)

##### Hry se slovy

- Přirovnání – vysoký jako komín, žlutý jako sluníčko, voňavý jako květina, atd.
- Protiklady – vysvětlovat dětem rozdíly – světlý x tmavý, suchý x mokrý, atd.

**Popiš obrázek, co nejpodrobněji (kdo a co na něm je, co dělají, tvary, barvy, počty 😊).**

