



Výskumný ústav detskej psychológie a patopsychológie



VÚDPaP

2020

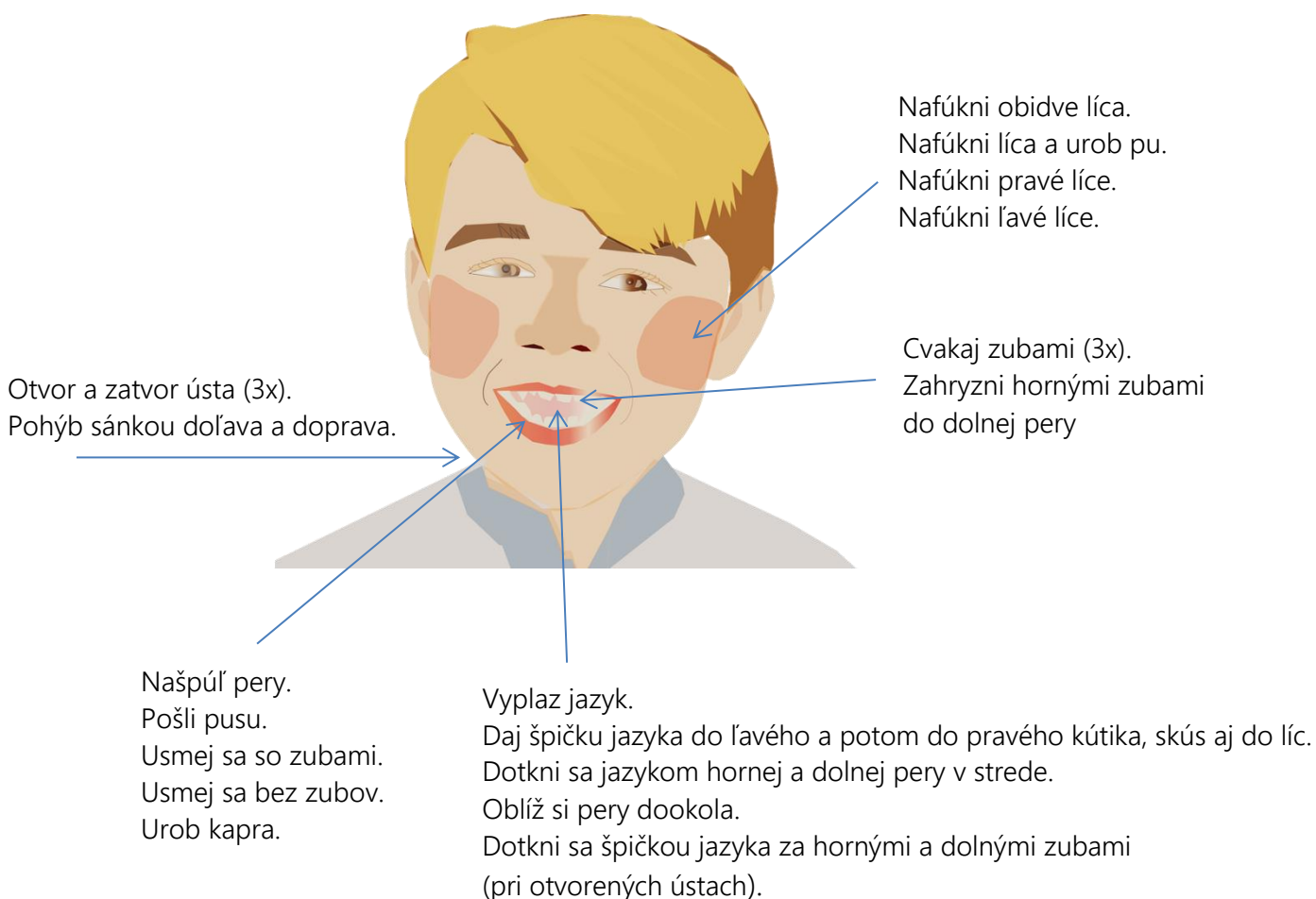
Ahojte LOGOPEDÍČTKÁ!

Máme precvičené nohy, ruky a prsty. Ak vám niektorý cvik nešiel dobre, ešte si ho môžete s rodičmi trénovať ďalej.



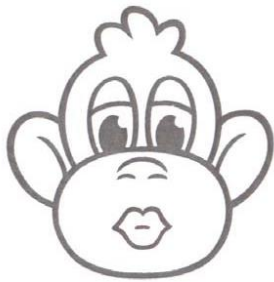
No a dnes si ukážeme, ako môžete trénovať JAZYK, PERY, LÍCA, ZUBY a SÁNKU.

- Ukážte na sebe, kde máte pery, jazyk, líca, zuby a sánku.
- Teraz ukážte na obrázku, kde má chlapec jazyk, pery, zuby, sánku a líca.
- Urobte si rozcvičku. Cvičte asi 5 min. denne. Keď sa naučíte robiť tieto pohyby, zahrajte sa s opicou Kambou (PL nižšie – striedanie dvoch pohybov za sebou).



Opica KAMBA sa chváli tým, že vie urobiť dve grimasy za sebou. Skúste to s ňou a striedajte dva pohyby za sebou (napr. našpúlte pery a následne sa usmejte). Urobte to 3 až 5-krát.

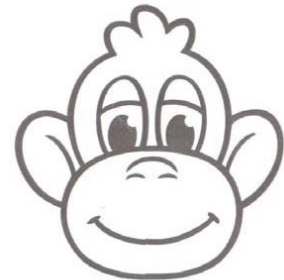
- Deti, ktoré cvičia pohyby bez väčších ťažkostí, urobia celú stranu každý deň.
- Deti, ktoré potrebujú viac času, aby sa naučili striedať dva pohyby, urobia jednu sekvenciu za deň. Ďalší deň si ju zopakujú a pridajú novú.



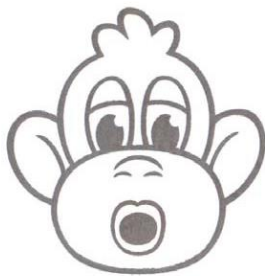
našpúl pery



3-5x



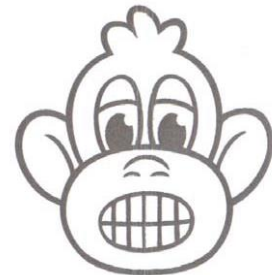
usmej sa bez ukázania zubov



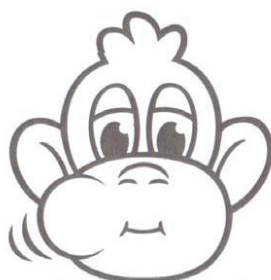
urob ústa ako ryba



3-5x



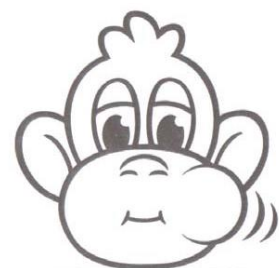
vycer zuby



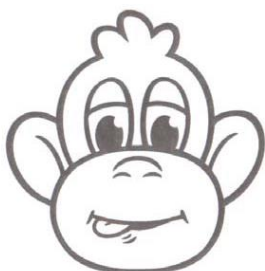
nafúkni jedno líce



3-5x



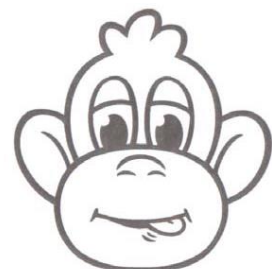
nafúkni druhé líce



daj jazyk do jedného kútika



3-5x



daj jazyk do druhého kútika

Pre mladších kamarátov:

➤ Zahrajte sa na zvieratká

- Ukážte, ako pes vyplazuje „dlhý“ jazyk (jazyk vyplaziť von).
- Ukážte, ako žaba nafukuje líca (nafúknuť obe líca).
- Ukážte, ako sa mačka oblizuje (najskôr oblízať hornú peru, potom dolnú peru a nakoniec dookola celé ústa).
- Ukážte, ako cvála kôň (napodobniť klus koňa jazykom pri otvorených ústach).
- Ukážte, ako opica cerí zuby (urobiť široký úsmev so zubami).
- Ukážte, ako krokodíl cvaká zubami (cvakať 3-krát zubami).
- Ukážte, ako krava prežúva trávu (napodobniť prežúvanie sústa so zavretými ústami).
- Ukážte, ako robí ryba (zatvárať a otvárať ústa).
- Ukážte, ako slon zdvihne chobot hore (zdvihnúť jazyk hore a oprieť špičku jazyka o hornú peru).
- Ukážte, ako robí lev (otvoriť veľké ústa a zarevať).

