

# Zabawy i ćwiczenia logopedyczne wspomagające prawidłowy rozwój mowy dziecka

## Ćwiczenia oddechowe:

- gazetowe kulki – zdmuchiwanie z ręki kulek z gazety;
- okruszki – tworzenie okruszków z gazety, następnie zdmuchiwanie ich z rączki i łapanie okruszków dzióbkami stworzonymi z ręki;
- wiosenny wiatr – dmuchanie na papierową trawkę;
- brzuszki jak baloniki – wdech i wydech w pozycji leżącej z ręką na brzuchu;
- grzyby - wzrost grzybków przy wdechu i wydech na końcu wzrostu;
- gołąbki – wprawienie w ruch papierowych gołąbków poprzez nabieranie powietrza nosem i wydech ustami;
- muszla ślimaka – na „raz” dzieci rozchylają ręce i wykonują głęboki wdech, na „dwa” – wydychają powietrze i wymawiają jak najdłużej głoskę [ś] (śśśśśśśś), jednocześnie kucają i obejmują rękoma kolana (zwracamy uwagę, aby przy wymowie głoski [ś] język znajdował się w buzi, a nie między zębami).
- dmuchanie na piłeczkę pingpongową - wyścigi piłeczek;
- dmuchanie na kulkę z waty, na wiatraczek;
- tańczące węże – dmuchanie na papierowe węże, następnie naśladowanie odgłosów węży;
- chłodzenie „ gorącej zupy” – dmuchanie ciągłym strumieniem;
- chuchanie na zmarzniete ręce;
- naśladowanie lokomotywy – wydmuchiwanie „nadmiaru pary” – ffff;
- naśladowanie balonika – wypuszczanie powietrza z jednoczesnym odgłosem „ sssss”;
- nadmuchiwanie balonika;
- naśladowanie syreny – „ eu-eu- eu”, „ au-au-au” – na jednym wydechu;
- dmuchanie na piórko, aby nie spadło;
- dmuchanie na piórko przez sznurek – dwie osoby kładą się naprzeciw siebie, oddziela je sznurek. Zadaniem uczestników zabawy jest dmuchanie na piórko tak, aby znalazło się po stronie przeciwnika);
- powtarzanie zdań szeptem.
- szalona rękawiczka – skonstruowanie dmuchajki logopedycznej (potrzebne będą: papierowy kubeczek, słomka, rękawica jednorazowa).
- przenoszenie skrawków papieru za pomocą słomki (rurki) z jednego do drugiego pojemnika. Dziecko chwytą wargami słomkę lub rurkę i za pomocą wdechu powietrza łapie wybrany przedmiot, by przemieścić go w inne miejsce, pozostawia dany przedmiot robiąc wydech;

## Ćwiczenia słuchowe:

- „Zgadnij, co wydało dźwięk?” – uderzanie pałeczką w szkło, drewno itp. Toczenie różnych przedmiotów po podłodze / np. piłki, kasztana, kamienia/, rozpoznawanie odgłosu przez dzieci;
- gazetowe głosy – nauczyciel pociera kartkę o kartkę, potrząsa nią, uderza, rozrywa, zgniata oraz rozprostowuje zmiętą kartkę, następnie dzieci zamykają oczy i odgadują dźwięki, które prezentuje nauczyciel.
- rozpoznawanie głosu, szmeru, źródła dźwięku – miejsca, kierunku, odległości, ilości dźwięków (dużo- mało), głośności ( cicho – głośno);
- szukanie ukrytego zegarka, radia, dzwoniącego budzika;
- rozróżnianie i naśladowanie głosów zwierząt: kota, psa, krowy, kury, koguta, kaczki, gęsi itp.;
- rozróżnianie odgłosów pojazdów: samochodu, pociągu, motoru, traktora itp.;
- rozpoznawanie po dźwięku różnych urządzeń domowych, np. odkurzacz, mikser, suszarka, pralka itp.
- rozpoznawanie różnych przedmiotów w zamkniętym pudełku po wydawanym odgłosie – groch, kamyki, gwoździe, cukier, kasza itp.;
- wspólne śpiewanie piosenek i wystukiwanie rytmów do usłyszanych piosenek;
- uderzanie o siebie klockami, łyżeczkami, garnuszkami; uderzanie łyżeczką o pustą szklankę, o szklankę z wodą, klaskanie, darcie papieru, przelewanie wody (z wysokości, z niska), drapanie po szkłe, papierze, stole;

## Zabawy słuchowo-ruchowe:

- berek – dzieci poruszają się według wystukiwanego przez nauczyciela rytmu i zmieniają sposób poruszania w zależności od podanego hasła np. wysoka trawa (unoszenie wysoko kolan), gorący piasek (bieganie drobnymi kroczkami na palcach);
- wędrujące jabłko – w czasie trwania piosenki dzieci podają sobie jabłko z ręki do ręki. Osoba, która nie zdąży go oddać w momencie wyłączenia muzyki, kończy zabawę;
- polecenia – dzieci stoją w grupie. Prowadzący wypowiada zdania określające, w którym miejscu, kto ma usiąść. Dzieci wykonują polecenia, np. Jasiu usiądź na podłodze. Alu usiądź koło Jasia. Antku usiądź za Anią. Kubusiu usiądź między Marysią, a Zosią.
- pszczołki – dzieci poruszają się pomiędzy papierowymi kwiatkami rozłożonymi na podłodze w rytm muzyki z magnetofonu. Kiedy muzyka ucichnie każdy z nich staje przy kwiatku i wykonuje trzy wdechy nosem oraz jedno prawidłowe przełknięcie śliny.
- liczenie wyrazów- nauczyciel mówi powoli zdanie, dzieci liczą zwarte w nim wyrazy i podskakują tyle razy ile jest wyrazów w zdaniu.
- taniec parami – nauczyciel prosi dzieci by odnalazły między sobą takie same emblematy i utworzyły grupy, następnie stanęły w kole i chwyciły się za ręce. Grupa tańczy, gdy milknie muzyka dzieci stają w bezruchu.
- ślimaki - w trakcie muzyki dzieci poruszają się powoli jak ślimaki, gdy muzyka umilknie, zastygają w bezruchu.

- koniki – dzieci w parach na dźwięk kołatki poruszają się po sali, naśladując zaprzęg koni i ”klaskając” językiem przy otwartej buzi. Na dźwięk dzwonka stają w miejscu i przełykają ślinę w prawidłowy sposób. Na koniec dzieci kładą się na podłodze i swobodnie oddychają.
- drzewa – dzieci wyobrażają sobie, że są drzewami, których gałęzie poruszają się na wietrze. Naśladują szum wiatru. Prowadzący na tamburynie wydaje dźwięki, raz głośniejsze, raz cichsze – dzieci dopasowują szum wiatru do wysokości dźwięków.
- śnieżycyca – nauczyciel kładzie na podłodze kartki symbolizujące domy. Na sygnał świstu towarzyszącego śnieżycy wszystkie dzieci szukają wolnego domku i tam kryją się przed śnieżycą. Gdy dźwięk ustanie dzieci ruszają na spacer po drodze zbierają śnieżki i zdmuchują je z dłoni.
- pisklęta – dzieci kucają w rozsypce i udają jajka. Jedno dziecko zostaje kurą (wydaje przy tym dźwięki: ko ko ko) i w rytm spokojnej muzyki dotyka kolejne pisklęta, które się wykluwają z jajek. Dziecko – pisklę podąża za prowadzącym dzieckiem.
- pajęczek – dzieci rozbiegają się po sali i naśladują muchy (bzyczą), nauczyciel udaje pajaka i na hasło: „pajęczek szuka”, dzieci stają w bezruchu, te dziecko, które się poruszy tworzy z pajakiem pajęczynę i łapie wspólnie resztę dzieci.

## **Zabawy paluszkowe:**

### **„Rodzinka”**

Ten pierwszy to dziadziuś,  
A przy nim babunia.  
Największy to tatuś,  
A przy nim mamunia  
A to jest dziecinka mała,  
I oto moja rodzinka cała.

(Wskazujemy po kolei palce zaczynając od kciuka)

### **„10 paluszków”**

Mam 10 palców małych do zabawy doskonałych (podnosimy dłonie do góry),  
Mogę wszystko zrobić nimi – paluszkami malutkimi (ruszamy paluszkami).  
Mogę zamknąć je w piąsteczki lub rozłożyć jak chusteczki (zamykamy piąstki i rozkładamy paluszki).  
Mogę w słońko je zamienić, albo schować do kieszeni (rozszerzamy paluszki, i wkładamy do kieszeni).  
Mogę podnieść je wysoko lub rozłożyć tak szeroko (podnosimy ręce wysoko do góry i rozkładamy w bok).  
Mogę w koszyk się zaplatać albo jak motylek latać (splatamy dłonie palcami ze sobą, później machamy paluszkami).  
Mogę je ustawić w rzędzie lub rozpocząć od początku! (łączymy paluszki w obu dłoniach).

### **„Pajęczki”**

Małe pajęczki mają sprytne rączki,  
plączą pajęczynkę by nakarmić swą rodzinę. x2  
Nagle przyszedł wiatr,  
porwał cały świat.  
Zerwał pajęczynkę,  
przewrócił rodzinę. x2

### **„Grota misia”**

Tu jest grota.(pokaż pięść)  
*W środku miś* (zegnij kciuk i wsadź pod złożone palce)  
*Proszę, misiu, na dwór wyjdź* (zastukaj w pięść)  
*O! Wyszedł miś.* (wysuń kciuk)

### **„Biedroneczka”**

Biedroneczka mała,  
robaczki spotkała.”  
*(Teraz zaczynamy dotykać kolejnych palców naszej dłoni. Zaczynamy od najmniejszego.)*  
„z tym się przywitała,  
tego pogłaskała,  
temu pomachała,  
tego zabrać chciała,  
z tym się pożegnała,  
...i do nieba poleciała.”  
*(Wyprostowaną prawą dłońią falującym ruchem odfruwamy w górę.)*

### **„Dziesięć palców mam”**

„Ja dziesięć palców mam,”  
*(Wyprostowane dłonie pokazuję dziecku i eksponuję palce.)*  
„Na pianinie gram.”  
*(Układamy dłonie tak, jakbyśmy grali na pianinie.)*  
„Ja dwie ręce mam,”  
*(Wyprostowane dłonie pokazuję dziecku.)*  
„Na bębenu gram.”  
*(Uderzamy dłońmi tak, jakbyśmy grali na bębenu.)*  
„Ja dziesięć palców mam.”  
*(Ponownie pokazujemy wyprostowane dłonie i eksponujemy palce.)*  
„I na trąbce gram.”  
*(Układamy palce tak, jakbyśmy grali na trąbce.)*  
„Ja dwie ręce mam.”  
*(Wyprostowane dłonie pokazuję dziecku.)*

„I zaklaszczę wam.”

(Klaszczemy.)

### „Spotkanie”

Spotkały się dwie rączki i przywitały się,  
ta prawa, a ta lewa każdy wie.  
Zaklaskały, pomachały, dwie godziny rozmawiały,  
potem pokłóciły się,  
pstryk, good buy, adieu!”

### Bajeczki logopedyczne usprawniające aparat artykulacyjny:

#### „WYCIECZKA DO ZOO”

W niedzielę Kasia wybrała się do ZOO. Pojechała samochodem brum brum. Kupiła bilet wstępu, który pani skasowała (wysuwamy język do przodu i zamykamy buzię, górne zęby „kasują” bilet). Spacerowała od klatki do klatki, przyglądając się zwierzętom (język wędruje od jednego kącika warg do drugiego). W pierwszej klatce widziała małpy, które skakały po gałęziach (dotykamy czubkiem języka na przemian dolnych i górnych zębów) i zjadały banany (robimy „małpkę”: trzymamy się za uszy, wargi ściągamy do przodu, język wsuwamy pod górną wargę i ruszamy dolną szczęką). W drugiej klatce mieszkał wilk, był bardzo zły i warczał (rozciągamy wargi w uśmiechu, pokazujemy zęby i mówimy „wrr.”). Następnie Kasia zobaczyła słonia, który chwalił się swoją zwinną trąbą (wysuwamy język z buzi jak najdalej). Potem Kasia oglądała żyrafę i jej bardzo długą szyję (próbujemy sięgnąć językiem do nosa). Niedaleko było akwarium żółwia, któremu nigdzie się nie spieszyło. Bardzo wolno spacerował (wolno wysuwamy i chowamy język, nie opierając go o zęby). Obok było akwarium pełne pięknych ryb (układamy usta w „rybi pyszczek”). Kasia była już bardzo zmęczona, wróciła więc do domu samochodem: brum brum. W domu czekała na nią niespodzianka – pyszne lody, które zjadła (język naśladuje lizanie lodów). Lody były tak smakowite, że Kasia oblizwała się (oblizujemy wargi ruchem okrężnym).

#### „JĘZYCZEK WĘDROWNICZEK”

Języczek wybrał się na spacer po buzi, by sprawdzić, co się w niej dzieje. Popatrzył w prawo (język dotyka prawego kącika ust). Potem oblizwał górną wargę, dolną wargę (język oblizuje wargi). Zaciekawili go zęby, próbował dotknąć każdego, policzyć (czubek języka dotyka po kolei zębów górnych, potem dolnych). Z trudem wychodziło mu to, gdy był gruby, ale gdy ułożył z niego szpic wszystkie zęby zostały policzone. Następnie języczek uniósł się do góry i przesunął wzdłuż podniebienia od górnych zębów aż do gardła, by sprawdzić, czy jest zdrowe. Gdy wszystko zostało sprawdzone języczek wrócił do przodu ust i pokiwał nam na pożegnanie (język kilkakrotnie przesunął się od jednego do drugiego kącika warg, buzia uśmiechnięta).

#### „CHORY KOTEK”

Kotek był chory i bardzo źle się czuł. Często kichał (wołamy „a psik”), bolała go głowa (wołamy „ojoj”). Przyjechał pan doktor (mówimy „brum brum”), zaglądał do gardła (wołamy „aaa” i wysuwamy język na brodę), było chore. Następnie zbadał kotka, wyciągnął słuchawki (wysuwamy język z buzi, przesuwamy nim po podniebieniu, górnych zębach i górnej wardze). Zapisał lekarstwa na receptę („piszemy” w powietrzu językiem wysuniętym z buzi). Kotek leżał w łóżeczku, miał

dreszcze (wypowiadamy „brrr...”). Gorączka raz wzrastała (język uniesiony na górną wargę), raz opadała (język na brodzie). Kotek zażywał lekarstwa: ssał tabletki (przednia część języka przy podniebieniu, naśladujemy ssanie), pił słodki syrop, więc się obлизywał (język wędruje dookoła warg przy otwartej buzi). Po kilku dniach kotek poczuł się lepiej, był wesoły i zadowolony (uśmiejemy się szeroko, nie pokazując zębów).

### „PRZYGODA WĘŻA”

Wąż spał smacznie w swojej jaskini (język leży płasko na dnie jamy ustnej). Kiedy mocniej zaświeciło słońce, wąż zaczął się wiercić (poruszamy czubkiem języka za dolnymi zębami) i rozejrzał się dookoła (obлизujemy górne i dolne zęby od strony wewnętrznej). Chciał wyśliznąć się ze swej jaskini (przeciskamy język między zbliżonymi do siebie zębami), ale okazało się, iż przejście zablokował duży kamień (przy złączonych zębach rozchylają się i łączą wargi). W końcu wąż wyszedł na zalaną słońcem polanę (wysuwamy język daleko do przodu). Zatańczył uradowany (rozchylamy usta jak przy uśmiechu, obлизujemy wargi ruchem okrężnym) i zasyczał głośno (wymawiamy sss...).

### „WESOŁE MIASTECZKO”

W niedzielę rano Jasiu postanowił pojechać do wesołego miasteczka. Ziewnął, przeciągnął się (naśladujemy) i zaczął gimnastykować (buzia szeroko otwarta, a język dotyka kącików warg, nosa, brody). Potem ubrał się i zszedł wolno po schodach (czubek języka dotyka każdego zęba na górze, potem na dole). Do wesołego miasteczka pojechał samochodem (mówimy „brum brum”). W wesołym miasteczku na początku pojeździł na kucyku (klaskanie językiem). Następnie poszedł na karuzelę i wsiadł na osiołka (wołamy „io io”). Karuzela zaczęła się kręcić wolno, potem coraz szybciej (obлизywanie szeroko otwartych ust); wolno, a potem coraz szybciej. Potem Jasiu poszedł do wesołego pociągu, który gwizdał: uuu... Lokomotywa ruszyła powoli (mówimy powoli „szszsz” wolno) a potem coraz szybciej (mówimy „szszsz” szybko). Było już późno, więc Jasiu wrócił z powrotem do domu samochodem (mówimy „brum brum”). Wszedł do mieszkania, a tam mama powitała go buziakiem (cmokamy). Po dniu pełnym wrażeń położył się spać i mocno zasnął (chrapiemy). Dobranoc Jasiu!

### „ŚNIADANIE PUCHATKA”

Kubuś Puchatek obudził się rano i ziewnął (ziewamy). Jego brzuszek był pusty więc wyruszył do lasu na poszukiwanie miodu. Szedł wyboistą ścieżką (dotykamy czubkiem języka każdego ząbka na górze i na dole), rozglądał się na prawo, na lewo (czubek języka do prawego, lewego kącika ust). Spojrzał w górę (językiem dotykamy górnej wargi) i zobaczył dziuplę, z której wypływał miód. Kubuś wspiął się więc na drzewo (język unosi się na górną wargę), sięgnął łapką do dziupli i wyjął ją oblepioną miodem. Oblizwał ją dokładnie (wysuwamy język z buzi i poruszamy nim do góry i na dół, naśladując obлизywanie ręki). Gdy Kubuś Puchatek poczuł, że jego brzuszek jest już pełen zszedł z drzewa (język dotyka brody) i ruszył w drogę powrotną. Szedł tą samą wyboistą dróżką (dotykamy czubkiem języka do każdego ząbka na górze i na dole). Doszedł do swego domku bardzo zmęczony (wysuwamy język na brodę i dyszymy). Położył się do łóżeczka i szybko zasnął (chrapiemy). Kolorowych snów Kubusiu!

### „MYSZKA PEPCIA”

Pewnego dnia myszka Pepcia wyszła ze swej norki na poszukiwanie przygód (język wysuwamy daleko do przodu). Rozglądała się dookoła (język obлизuje szeroko otwarte usta). Poszła w lewo (język dotyka lewego kącika warg). Popatrzyła do góry na rosnące na drzewach szyszki (język dotyka górnej wargi) i w dół na mięciutki mech (język wysunięty na brodę). W oddali słychać było odgłosy leśnych ptaków, które myszka próbowała naśladować: o Kuku, kuku, kuku – tak kuka kukułka o Huuhuu, huuhuu, huuhuu – słychać sowę o Puk, puk, puk – tak stukał dzięcioł w drzewa. Po takiej wędrówce myszka Pepcia poczuła się zmęczona i głodna. Wyjęła śniadanie z torby i zaczęła je jeść (naśladujemy ruchy żucia). Po zjedzeniu myszka obлизwała wąsiki (język obлизuje górną wargę) oraz

zębki (język oblizuje górne i dolne zęby). Zrobiło się późno, więc myszka wróciła do domu. Umyła zęby (język oblizuje górne i dolne zęby) i wypłukała buzię (nabieramy do ust powietrza i poruszamy policzkami). Potem ubrała piżamkę i poszła spać (chrapiemy). Śpij słodko myszko!

#### „PRANIE”

Pan Języczek robi pranie (robimy „pralkę” – mocno wydymamy policzki). Otwiera pralkę (otwieramy szeroko usta) i wkłada do niej brudne ubrania (dotykamy językiem na przemian górnej wargi i górnych dziąseł). Następnie zamyka pralkę (zaciskamy mocno wargi), wsypuje proszek (ułożony na górnej wardze język wsuwamy do buzi, przesuując nim po wardze, zębach i dziąsłach). Już brudne rzeczy się piorą (wykonujemy językiem kółka w szeroko otwartej buzi). Gdy pranie się wypierze pan Języczek rozwiesza w ogrodzie linkę (przesuwamy czubek języka od jednego kącika ust do drugiego). Następnie strzepuje wyprane rzeczy (wykonując szybkie ruchy, próbujemy sięgnąć językiem do brody i do nosa) i wiesza je (otwierając szeroko buzię dotykamy czubkiem języka wszystkich zębów po kolei). Gdy pranie wyschnie czas je zdjąć (otwierając szeroko buzię, dotykamy czubkiem języka wszystkich zębów po kolei). Na koniec pan Języczek prasuje czystą garderobę (przesuwamy językiem po podniebieniu, górnych dolnych zębach).

#### „JĘZYK MALARZ”

Nasz języczek zamienia się w malarza, który maluje cały swój dom. Dom malarza to nasza buzia. Na początku malarz maluje sufit (dzieci wybierają kolor): unosimy język do góry i przesuujemy kilkakrotnie wzdłuż podniebienia. Gdy sufit jest już pomalowany malarz zaczyna malowanie ścian (dzieci ponownie wybierają kolor): przesuujemy językiem z góry na dół wypychając najpierw jeden policzek (od wewnętrznej strony), a następnie w ten sam sposób drugi policzek. Nasz dom jest coraz ładniejszy, ale musimy jeszcze pomalować podłogę (dzieci konsekwentnie wybierają kolor), więc język – malarz maluje dolną część jamy ustnej, za dolnymi zębami. Na koniec język – malarz maluje cały dom (dzieci wybierają kolor): oblizujemy językiem górną i dolną wargę, przy szeroko otwartej buzi. Cały dom jest pięknie wymalowany, więc mamy powody do radości: buzia szeroko uśmiechnięta.

#### „SOWA SPRZĄTA SVOJE MIESZKANIE”

Sowa rozejrzała się po swojej dziupli (przesuwamy językiem po podniebieniu górnym, wewnętrznych ścianach policzków, podniebieniu dolnym). Zauważyła duży bałagan. Postanowiła zrobić porządek. Zaczęła od odkurzania sufitu dziupli (przesuwamy czubkiem języka od przodu do tyłu jamy ustnej, po podniebieniu górnym), zdjęła firanki (liczymy czubkiem języka górne zęby) i włożyła je do pralki (wykonujemy wargami motorek). Po chwili pralka zaczęła płukanie firan („przepychanie” powietrza wewnątrz jamy ustnej). Sowa odkurzyła też ściany (przesuwamy czubkiem języka po wewnętrznych ścianach policzków) oraz podłogę (przesuwamy czubkiem języka po podniebieniu dolnym). Sowa była bardzo zadowolona z wykonanej pracy i szeroko się uśmiechnęła (rozciągamy szeroko usta w uśmiechu). Dumnie wyjrzała z dziupli i rozejrzała się wokoło (poruszamy językiem ruchem okrężnym na zewnątrz jamy ustnej). Spojrzała w górę (sięgamy czubkiem języka w stronę nosa), spojrzała w dół (sięgamy czubkiem języka w kierunku brody). Rozejrzała się też w prawo (przesuwamy czubek języka do prawego kącika ust) i w lewo (przesuwamy czubek języka do lewego kącika ust). Wszędzie był porządek i słychać było śpiewające ptaki (gwizdząc naśladujemy głosy ptaków).

#### „PANI JĘZYCZKOWA PIECZE CIASTO”

Pani Języczkowa będzie miała gości, więc postanowiła upiec ciasto. Najpierw do miski (robimy z języka „miskę” – przód i boki języka unosimy do góry, tak, by w środku powstało wgłębienie) wsypała mąkę i cukier (wysuwamy język z buzi, a potem go chowamy, przesuując nim po górnej wardze, górnych zębach i podniebieniu). Następnie rozbiła jajka (otwierając szeroko buzię, kilkakrotnie uderzamy czubkiem języka w jedno miejsce na podniebieniu). Wszystkie składniki mieszała (obracamy językiem w buzi w prawo i w lewo) i mocno ucierała (przesuwamy językiem po

górnych zębach, następnie po dolnych). Gdy ciasto się upiekło pani Języczkova ozdobiła je polewą czekoladową (przesuwamy czubkiem języka po podniebieniu w przód, w tył i w bok), obsypała rodzynkami (dotykamy językiem każdego górnego zęba), orzechami (dotykamy językiem każdego dolnego zęba). Gdy ciasto ostygło, poczęstowała gości, którym ono bardzo smakowało (oblizujemy wargi językiem). Smacznego!

Opracowała

Angelika Mastalerz

#### Bibliografia:

Minimum logopedyczne nauczyciela przedszkola – Ewa Demel

Przygody Języczka - Podróżniczka – Marika Bryła, Aneta Muszyńska

Zabawy paluszkowe – Katarzyna Sąsiadek

<http://rozwosmyka.pl/2017/02/06/zabawy-paluszkowe/>

<https://pp5krasiejow.ozimek.pl/static/img/k10/przyklady-bajeczek-logopedycznych-1478377329.pdf>

<https://www.logopedia.net.pl/artykuly/58/cwiczenia-prawidlowego-polykania.html>

[http://www.sp2wlodawa.pl/materialy\\_edukacyjne/logopeda/20130131/0001.pdf](http://www.sp2wlodawa.pl/materialy_edukacyjne/logopeda/20130131/0001.pdf)

Logopedyczne zabawy grupowe dla dzieci od 4 do 7 roku życia – Roman Sprawka, Joanna Graban