**Usprawnianie aparatu artykulacyjnego – ćwiczenia bierne**

**Wskazówki dla rodziców**

Dotyk rodzica jest dla dziecka czymś bardzo ważnym . Daje nie tylko poczucie bezpieczeństwa , ale w dużej mierze sprzyja usprawnianiu narządów mowy czucie ich ułożenia i koordynacji ruchów Ćwiczenia te zmniejszają nadwrażliwość dotykową okolic jamy ustnej pomagają w pokonywaniu problemów związanych z prawidłowym jedzeniem , oddychaniem , zapobiegają nadmiernemu ślinieniu .

Każdemu dziecku należy indywidualnie ustalać czas i sposób masażu , ponieważ niektóre ćwiczenia mogą nadmiernie aktywizować , a inne zbyt uspokajać . Zatem staramy się je wykonywać codziennie stopniowo wydłużając czas ich trwania , najlepiej przed jedzeniem , ponieważ nawet delikatne dotykanie może wywołać u naszej pociechy odruch wymiotny .

**Masaż języka**

- Ruchami kolistymi masujemy grzbietową powierzchnię języka od czubka ku tyłowi .

- Język „ dzielimy ‘’ wzdłuż na pół i najpierw masujemy go po prawej , następnie po lewej stronie.

- Masujemy boki języka w ten sam sposób – od czubka ku tyłowi .

- Chwytamy czubek języka w palce przez **gazę** ( inaczej będzie się wyślizgiwał ) i delikatnie ugniatamy .

- Chwytamy w palce czubek języka i ruszamy nim w górę , w dół i na boki .

Dotykamy go energicznie krótkim , pulsującym ruchem – w ten sposób prowokujemy cofanie się języka .

- Masując tył języka , można jednocześnie wypowiadać sylaby z głoskami tylnojęzykowymi ;

**ku , gu , hu , ko , go , ho .**

Kiedy masujemy przednią część języka , możemy mówić sylaby ; **ta , te , to , da , de , do , la , lo , lu , le , ly .**

**Masaż podniebienia**

W podobny sposób usprawniamy podniebienie . Zaczynamy od podniebienia twardego , masujemy w kierunku od dziąseł ku tyłowi po jednej i po drugiej stronie .

Masując przechodzimy płynnym ruchem od podniebienia do wewnętrznej powierzchni policzków i warg .

**Masaż warg**

Przed przystąpieniem do masażu warg należy dokładnie oczyścić nos dziecka Ukladamy kciuk pod brodą , aby dziecko miało domkniętą buzię . Wargi masujemy palcem wskazującym i środkowym .

- Rozciągamy jednocześnie wargę górną i dolną .

- Na zmianę rozciągamy i ściągamy wargi .

- Lekko obszczypujemy i głaszczemy wargi .

Masując wargi , wypowiadamy sylaby ; **pa , ba , apa ma , mu , pe .**

- Wargi możemy masować również przedmiotami o różnej fakturze (łyżeczka szczoteczka np. do zębów , kawałek bułki ,miękkim materiałem itp. ) i temperaturze (ogrzana lub schłodzona metalowa łyżeczka )

**Masaż policzków**

Przed przystąpieniem do masażu policzków należy dokładnie oczyścić nos dziecka .

Twarz i szyję smarujemy oliwką lub kremem .

- Policzki masujemy ruchami okrężnymi od nosa i warg w kierunku skroni (kciuki podpierają brodę ) wargi są złączone .

Masaż początkowo powinien być delikatny , następnie stopniowo zwiększamy siłę nacisku i szybkość ruchów palców .

Na koniec lekko obszczypujemy i oklepujemy twarz dziecka oraz głaszczemy kończąc na czole.

**Masaż przełyku**

Przed przystąpieniem do masażu przełyku również oczyszczamy nos dziecka

Masujemy przełyk od dołu ku górze ruchem głaskającym. Pamiętajmy , że buzia malucha musi być zamknięta . Ten masaż prowokuje dziecko do przełknięcia śliny .

**Masaż dziąseł**

Dziąsła dolne masujemy od góry do dołu , dziąsła górne – od dołu ku górze .

Podczas masażu dziąseł możemy mówić sylaby ; **ta , te , da , la , le .** Masaż ten pobudza odruch żucia , dlatego wykonuje się go tuż przed posiłkiem .