



Już Umieć

Wyprawka logopedyczna: głoska R

Komplet do utrwalania [r] — od gimnastyki buzi, przez sylaby i wyrazy, po zdania i grę planszową. Głoska [r] pojawia się najpóźniej ze wszystkich, zwykle około 5.-6. roku życia.

Spis treści

1. Gimnastyka buzi i języka	3
2. Ćwiczenia oddechowe	5
3. Głoska [r] w sylabach	6
4. Głoska [r] w pozycji: nagłos	7
5. Głoska [r] w pozycji: śródgłos	8
6. Głoska [r] w pozycji: wygłos	9
7. Głoska [r] w zdaniach	10
8. Drabinka — głoska [r]	11
9. Memory — głoska [r]	12

Gimnastyka buzi i języka

Gimnastyka buzi i języka

Zanim dziecko zacznie ćwiczyć konkretną głoskę, język i wargi muszą być sprawne. Te ćwiczenia są dla **każdej** głoski — rób je przed lustrem, po kilka powtórzeń.

Konik

Kłaskaj językiem jak konik — powoli, potem szybciej.

unoszą język do podniebienia

Malarz

Czubkiem języka „maluj” sufit w buzi od zębów do gardła.

uczy podnosić język

Młotek

Stukaj czubkiem języka w wałek za górnymi zębami: „t-t-t”.

przygotowuje do [sz], [r], [l]

Lizanie lodów

Wysuń język i oblizuj wyimaginowane lody z dołu do góry.

wzmacnia język

Wahadło

Dotykaj językiem raz lewego, raz prawego kącika ust.

rozrusza język

Balonik

Nadmij policzki i wytrzymaj 5 sekund, potem powoli wypuść powietrze.

wzmacnia policzki i wargi

Rybka

Otwieraj i zamykaj usta jak rybka — bezgłośnie.

rozluźnia wargi

Uśmiech i całus

Na zmianę: szeroki uśmiech, potem wargi w dzióbek.

ćwiczy wargi do [sz] i [s]

Chomik

Przesuwaj powietrze z jednego policzka do drugiego.

wzmacnia policzki

Szczoteczka

Czubkiem języka „umyj” górne zęby od środka, potem dolne.

uczy panować nad czubkiem języka

Zmęczony piesek

Wysuń język szeroko na brodę i dyszaj.

rozluźnia i spłaszcza język

Liczenie zębów

Dotykaj językiem po kolei każdego górnego zęba.

precyzja ruchów języka

Nasz plan na tydzień

Zaznacz dzień, w którym ćwiczylście:

☐ pon ☐ wt ☐ śr ☐ czw ☐ pt ☐ sob ☐ niedz

Ćwiczenia oddechowe

Ćwiczenia oddechowe

Mowa powstaje na wydechu. Dziecko, które oddycha płytko, urywa zdania i mówi niewyraźnie. Te zabawy wydłużają wydech — wszystkie wyglądają jak zwykła zabawa i o to chodzi.

1. **Zdmuchnij świeczkę** — Weź wdech nosem, powoli dmuchnij na palec trzymany przed buzią — tak, żeby czuć strumień.
2. **Wyścigi papierków** — Zdmuchujcie kawałek papieru po stole. Kto dalej?
3. **Bańki w wodzie** — Dmucharaj przez słomkę do szklanki z wodą — najpierw wolno, potem mocno.
4. **Piórko w powietrzu** — Utrzymaj piórko w powietrzu, dmuchając od dołu.
5. **Wąchanie kwiatka** — Głęboki wdech nosem, długi wydech ustami.
6. **Wiatraczek** — Dmucharaj na wiatraczek raz mocno, raz delikatnie.
7. **Wyścig watki** — Dmucharajcie kulkę z waty po wyznaczonej trasie.
8. **Długie „aaa”** — Wdech nosem i jak najdłuższe „aaa” na jednym wydechu. Licz, ile sekund wytrzymasz.

Zasada: wdech nosem, wydech ustami. Najwyżej 3-4 powtórzenia pod rząd.

Ile wytrzymam?

Zapisujcie, ile sekund trwa najdłuższe „aaa”:

poniedziałek: sekund

środa: sekund

piątek: sekund

Głoska [r] w sylabach

Głoska [r] w sylabach

To krok **przed** wyrazami. Dziecko powtarza sylaby po dorosłym — powoli i wyraźnie. Każdą kilka razy. Dopiero gdy sylaby wychodzą pewnie, przechodzimy do słów.

na początku sylaby

ra

ro

re

ru

ry

ri

na końcu sylaby

ar

or

er

ur

yr

ir

w środku

ara

oro

ere

uru

powtórki

ra ra

ro ro

re re

ru ru

Zabawa: powiedz sylabę cicho jak myszka, potem głośno jak lew, potem śpiewająco. Ta sama sylaba, trzy razy — a dziecko się nie nudzi.

Głoska [r] w pozycji: nagłos

Powtórz słowa

Od najkrótszych do najdłuższych. Każde słowo powtórzcie kilka razy — powoli i wyraźnie.

1 SYLABA

- rak
- rok
- rys
- ryś
- ryż
- róg

2 SYLABY

- ranek
- rekin
- robak
- rogi
- rondel
- rower
- ryba
- róża

3 SYLABY

- rakietą
- remiza
- renifer
- rodzynek
- ropucha
- rumianek

Głoska [r] w pozycji: śródgłos

Powtórz słowa

Od najkrótszych do najdłuższych. Każde słowo powtórzcie kilka razy — powoli i wyraźnie.

1 SYLABA

- brat
- grab
- gracz
- groch
- grom
- kra
- tort

2 SYLABY

- brama
- drożdże
- garaż
- groszek
- para
- praca
- witraż
- śruba

3 SYLABY

- aparat
- biedronka
- cytryna
- czereśnia
- korona
- latarnia
- lornetka
- marchewka

4 SYLABY

- karuzela
- salaterka

Głoska [r] w pozycji: wygłos

Powtórz słowa

Od najkrótszych do najdłuższych. Każde słowo powtórzcie kilka razy — powoli i wyraźnie.

1 SYLABA

- ser
- sznur
- tor
- tur
- wiatr
- żubr
- żwir

2 SYLABY

- rower
- seler
- sweter
- teatr
- traktor
- zegar

3 SYLABY

- helikopter
- komputer
- renifer

Głoska [r] w zdaniach

Głoska [r] w zdaniach

Ostatni etap przed swobodną rozmową. Każde zdanie powtórzcie **pięć razy** — zaznaczajcie kratki, żeby dziecko widziało postęp.

1. Rower stoi przy garażu.

☐☐☐☐☐☐ — zaznacz każde powtórzenie

2. Rak siedzi w rzece.

☐☐☐☐☐☐ — zaznacz każde powtórzenie

3. Marek rysuje traktor.

☐☐☐☐☐☐ — zaznacz każde powtórzenie

4. Kura grzebie w trawie.

☐☐☐☐☐☐ — zaznacz każde powtórzenie

5. Rybak wraca z rybami.

☐☐☐☐☐☐ — zaznacz każde powtórzenie

6. Wiatr targa parasol.

☐☐☐☐☐☐ — zaznacz każde powtórzenie

Opowiedz

Ułóż własne zdanie z ćwiczoną głoską:

.....

.....

.....

Drabinka — głoska [r]

Drabinka z głoską [r]

Zasady

1. Potrzebna kostka do gry i pionki (mogą być guziki).
2. Rzucacie kostką i przesuwacie pionek.
3. **Mówicie na głos każdy mijany wyraz** — nie tylko ten, na którym stajecie. Rzut na 4 oczka to cztery wyrazy.
4. Kto pierwszy dojdzie do mety, wygrywa.
5. Wersja trudniejsza: wyraz trzeba powiedzieć w zdaniu.

Ile powtórzeń: od 40 do 60 na jedną partię — to najwięcej z wszystkich gier

1 zegar	2 marchewka	3 ranek	4 rys	5 bardzo
6 czereśnia	7 robot	8 praca	9 zebra	10 rak
11 róg	12 rok	13 pióro	14 gitara	15 helikopter
16 teatr	17 krowa	18 racja	19 herbata	META rogał

Dlaczego to działa: zasada „mów każdy mijany wyraz” zamienia zwykłą grę planszową w gęste ćwiczenie. Bez niej dziecko powiedziałoby przez całą partię kilka wyrazów.

Gra utrwala głoskę, którą dziecko **już potrafi** wypowiedzieć. Jeśli jeszcze jej nie umie, wielokrotne powtarzanie utrwali błędną wymowę — wtedy najpierw logopeda.

Memory — głoska [r]

Memory z głoską [r]

Zasady

1. Wytnij 24 karty wzdłuż linii i rozłóż je napisem do dołu.
2. Gracz odkrywa dwie karty i **mówi na głos wyraz z każdej odkrytej** — także wtedy, gdy nie tworzą pary.
3. Para zgodna — gracz ją zabiera i gra dalej.
4. Para niezgodna — karty wracają na miejsce napisem do dołu.
5. Wygrywa ten, kto zbierze więcej par.

Ile powtórzeń: od 40 do 70 — im więcej pomyłek, tym więcej powtórzeń

brama

agrafka

sweter

korona

tarcza

kura

portret

teatr

ręka

kra

tor

ropucha

brama

agrafka

sweter

korona

tarcza

kura

portret

teatr

ręka

kra

tor

ropucha

Dlaczego to działa: w tej grze pomyłka pracuje na naszą korzyść. Nietrafione pary wracają, więc dziecko wypowiada te same wyrazy wiele razy, nie mając poczucia, że coś ćwiczy.

Gra utrwala głoskę, którą dziecko **już potrafi** wypowiedzieć. Jeśli jeszcze jej nie umie, wielokrotne powtarzanie utrwala błędną wymowę — wtedy najpierw logopeda.

Karta odpowiedzi

Rozwiązania do kart z tego pakietu.

Gimnastyka buzi i języka — odpowiedzi

Gimnastyka buzi — wskazówki

To ćwiczenia bez „dobrych odpowiedzi”. Kilka uwag praktycznych:

1. Ćwiczcie **przed lustrem** — dziecko musi widzieć swój język.
2. **5 minut dziennie** daje więcej niż pół godziny raz w tygodniu.
3. Rób ćwiczenia **razem z dzieckiem**. Samo pokazywanie palcem nie działa.
4. Jeśli coś nie wychodzi — zostawcie na kilka dni i wróćcie. Nie ćwiczcie „na siłę”.

Ćwiczenia oddechowe — odpowiedzi

Ćwiczenia oddechowe — wskazówki

Bez odpowiedzi do sprawdzenia. Na co zwrócić uwagę:

1. Wdech **nosem**, wydech **ustami** — to podstawa.
2. Wydech ma być **długi i równy**, nie gwałtowny.
3. Maksymalnie **3-4 powtórzenia** pod rząd. Więcej może zakręcić dziecku w głowie.
4. Ramiona mają być opuszczone — jeśli unoszą się przy wdechu, oddech jest za płytki.

Głoska [r] w sylabach — odpowiedzi

Sylaby — wskazówki

Nie ma tu odpowiedzi do sprawdzenia — liczy się poprawna wymowa. Trzy uwagi:

1. To etap **przed** wyrazami. Jeśli w sylabach głoska jeszcze się nie udaje, nie przechodźcie dalej.
2. Powtarzajcie **powoli**. Szybkość przychodzi sama.
3. Najtrudniejsze są zwykle sylaby z „i” oraz te, gdzie głoska stoi na końcu.

Głoska [r] w zdaniach — odpowiedzi

Zdania — wskazówki

Bez odpowiedzi. Jak pracować:

1. Najpierw **Ty** czytasz zdanie, dziecko powtarza.
2. Potem dziecko czyta samo (jeśli już czyta).
3. Na koniec: dziecko mówi zdanie **z pamięci**, patrząc na obrazek albo z zamkniętymi oczami.
4. Jedno zdanie dziennie, ale **kilka razy**. Lepiej jedno dobrze niż sześć byle jak.