

بعض التمارين المساعدة على النطق والكلام



للسان أهمية بالغة في عملية النطق والكلام :

قم أنت والطفل بالتمارين التالية يوميا وبأقل من ٥ دقائق لكل تمرين.

١ - فتح الفم وإخراج اللسان بشكل رفيع (مروس) إلى الخارج دون لمس الأسنان والشفاه ، ثم إعادته للداخل ببطء .

٢ - فتح الفم وإخراج اللسان مستقيما قدر المستطاع ثم إعادته ببطء ثم بسرعة.

٣ - فتح الفم قدر المستطاع وجعل اللسان يلامس الشفة العليا ثم السفلى ببطء ثم بسرعة .

٤ - فتح الفم وجعل اللسان يلامس الأسنان في الفك الأعلى ثم الأسفل أيضا ببطء وبسرعة .

٥ - فتح الفم وجعل اللسان يقوم بعملية نقله من اليمين إلى الشمال من الفم ثم العكس.

٦ - فتح الفم وجعل اللسان يقوم بعملية دائرية حول الشفاه .

٧ - إغلاق الفم وتحريك اللسان بشكل دائري .

٨ - إخراج اللسان من الفم وهو مطبق على بعض .

٩ - فتح الفم وإدخال اللسان وهو متجه تدريجيا إلى الوراء وجعله يلامس آخر الفك الأعلى .

هذه التمارين تساعد على عملية إخراج الأصوات والحروف بطريقة صحيحة وبدون صعوبة.