



**KWARTALNIK LOGOPEDYCZNY  
NR 2**

# **WSPIERAM MOWĘ**

Renata Klajner



**Bielsko-Biała, marzec 2026r.**

## SZANOWNI RODZICE, DROGIE DZIECI

Z RADOŚCIĄ ODDAJĘ W WASZE RĘCE DRUGI NUMER KWARTALNIKA LOGOPEDYCZNEGO, TYM RAZEM WIOSENNY, PEŁEN KOLORÓW, NOWYCH INSPIRACJI I RADOSNYCH AKTYWNOŚCI, KTÓRE MOGĄ TOWARZYSZYĆ ZARÓWNO CODZIENNEJ ZABAWIE W DOMU, JAK I WIOSENNYM SPACEROM NA ŚWIEŻYM POWIETRZU.

W TYM WYDANIU PRZYGOTOWAŁAM DLA PAŃSTWA ZESTAW ĆWICZEŃ LOGOPEDYCZNYCH, PRAKTYCZNYCH PORAD I POMYSŁÓW, KTÓRE W NATURALNY SPOSÓB WSPIERAJĄ ROZWÓJ MOWY, WZBOGACAJĄ SŁOWNICTWO DZIECKA I POMAGAJĄ W BUDOWANIU PEWNOŚCI SIEBIE W KOMUNIKACJI.

WIOSNA TO CZAS BUDZĄCEJ SIĘ PRZYRODY, A ZARAZEM DOSKONAŁA OKAZJA, BY ROZWIJAĆ MOWĘ W SPOSÓB KREATYWNY I ANGAŻUJĄCY. OBSERWOWANIE ZMIENIAJĄCEGO SIĘ OTOCZENIA, KWITNĄCYCH DRZEW, ŚPIEWAJĄCYCH PTAKÓW, PIERWSZYCH WIOSENNYCH ZAPACHÓW, MOŻE STAĆ SIĘ PRETEKSTEM DO OPOWIADANIA, NAZYWANIA DŹWIĘKÓW, PRZEDMIOTÓW I KOLORÓW.

ZACHĘCAM DO WSPÓLNEGO OPOWIADANIA HISTORII, WYMYŚLANIA RYMOWANEK, NAŚLADOWANIA ODGŁOSÓW WIOSNY, A TAKŻE DO PROSTYCH ZABAW RUCHOWYCH, KTÓRE W NATURALNY SPOSÓB WSPIERAJĄ PRAWIDŁOWĄ ARTYKULACJĘ I ĆWICZĄ MOWĘ W ZABAWNY, PRZYJEMNY SPOSÓB.

MAM NADZIEJĘ, ŻE PRZYGOTOWANE MATERIAŁY BĘDĄ DLA PAŃSTWA ŹRÓDŁEM INSPIRACJI I STANĄ SIĘ CODZIENNYM WSPARCIEM W PRACY Z DZIECKIEM. WIOSENNE ĆWICZENIA MOŻNA WPLEŚĆ W RÓŻNE MOMENTY DNIA, PODCZAS PORANNEJ RUTYNY, WSPÓLNYCH POSIŁKÓW, A TAKŻE PODCZAS SPACERÓW I ZABAW NA ŚWIEŻYM POWIETRZU. DZIĘKI TEMU ROZWÓJ MOWY STAJE SIĘ NIE TYLKO EFEKTYWNY, ALE I PEŁEN RADOŚCI.

NIECH NADCHODZĄCE WIOSENNE DNI BĘDĄ CZASEM UŚMIECHU, CIEKAWOŚCI I WSPÓLNYCH ODKRYĆ. ŻYCZĘ PAŃSTWU WIELU CHWIL SPĘDZONYCH RAZEM Z DZIECKIEM, SATYSFAKCJI Z OBSERWOWANIA POSTĘPÓW W MOWIE ORAZ DUMY Z KAŻDEGO, NAWET NAJMNIEJSZEGO, SUKCESU. NIECH WIOSNA PRZYNIESIE WIELE INSPIRUJĄCYCH POMYSŁÓW DO ZABAWY, A CODZIENNE ĆWICZENIA LOGOPEDYCZNE STANĄ SIĘ NATURALNĄ CZĘŚCIĄ WSPÓLNYCH, RADOSNYCH CHWIL.



Wiosna już tuż-tuż, a wiele ptaków wróciło do Polski po zimowej przerwie. Czy potraficie wymienić te, które już do nas przyleciały? Zastanówcie się także, które ptaki spędziły z nami całą zimę. A czy wiecie, czy są takie ptaki, które właśnie teraz odlatują?

## Ptaki wracające wiosną

### Już przyleciały:



bociany



jaskółki



skowronki



kukutki



dudek



czajki



wilgi



żurawie

### Zostały na zimę:



wróbel



sikorka



gołąb



gil

### Zastanów się:

- Pokoloruj ptaka, którego widziałeś
- Otocz kółkiem ptaki, które już przyleciały
- Spróbuj powiedzieć ich nazwy wyraźnie



# WIOSNA BUDZI MOWĘ



Wraz z nadejściem wiosny świat wokół nas ożywa, pojawiają się pierwsze kwiaty, słychać śpiew ptaków, a dzieci z radością spędzają więcej czasu na świeżym powietrzu. To doskonały moment, aby w naturalny i przyjemny sposób wspierać rozwój mowy najmłodszych. Wiosna dostarcza wielu inspiracji do zabaw, które jednocześnie rozwijają język, oddech i słuch dziecka. Rozwój mowy jest procesem, który wymaga czasu, cierpliwości i przede wszystkim, codziennej stymulacji. Najlepsze efekty osiągamy poprzez zabawę, dlatego warto wykorzystać to, co daje nam otaczająca przyroda.

Wiosenne zabawy mogą stać się świetną okazją do ćwiczeń oddechowych. Podczas spaceru można zaproponować dziecku „zabawę w wiatr” – dmuchanie na lekkie przedmioty, takie jak piórka czy źdźbła trawy. Inną propozycją jest „wąchanie kwiatków”, czyli spokojny wdech nosem i długi, łagodny wydech ustami. Tego typu ćwiczenia pomagają wypracować prawidłowy tor oddechowy, który jest podstawą poprawnej wymowy.

Nieodłącznym elementem wiosny są także dźwięki przyrody. Warto zachęcać dzieci do ich naśladowania – odgłosów ptaków, szumu wiatru czy padającego deszczu. Proste zabawy dźwiękonaśladowcze, takie jak „kap kap”, „szszsz” czy „bzzzz”, rozwijają słuch fonemowy oraz przygotowują aparat mowy do wymawiania różnych głosek. Warto bawić się w „balonik”, czyli nadmuchiwanie policzków i powolne wypuszczanie powietrza, a także naprzemiennie wykonywać „uśmiech” i „dzióbek”. Dobrym ćwiczeniem jest również „liczenie ząbków” językiem wewnątrz jamy ustnej.

Wiosna to także idealny czas na rozwijanie słownictwa. Podczas spacerów zachęcajmy dzieci do opowiadania, co widzą wokół siebie – jakie rośliny rosną, jakie zwierzęta spotykają, jaka jest pogoda. Można wspólnie tworzyć proste zdania, rymowanki lub kończyć rozpoczęte wypowiedzi, np. „Wiosną na łące widzę...”.

Nie zapominajmy również o zabawach ruchowo-słuchowych. Klaskanie sylab, dzielenie prostych wyrazów czy łączenie ruchu z mową (np. podskok przy każdej sylabie) to świetny sposób na naukę poprzez aktywność.

Pamiętajmy, że najważniejsza jest regularność i dobra atmosfera. Krótkie, codzienne zabawy przynoszą najlepsze efekty. Warto także chwalić dziecko za wysiłek i zaangażowanie, budując jego pewność siebie w komunikacji.

Wiosna sprzyja rozmowom, odkrywaniu i wspólnemu spędzaniu czasu. Wykorzystajmy ten piękny okres, aby wspierać rozwój mowy dzieci w sposób naturalny, radosny i pełen uśmiechu.

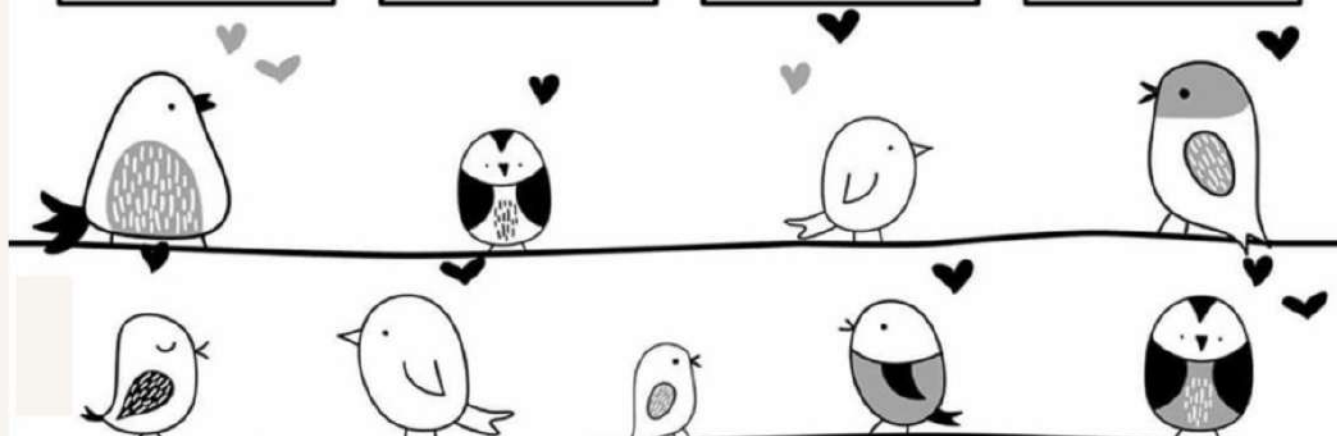
# WIOSENNE ĆWICZENIA ARTYKULACYJNE



IMIĘ: .....



PONIEDZIAŁEK	<p>Powoli otwieraj i zamykaj usta (ruch jak przy „a-o”). 👉 10 powtórzeń</p>	<p>Ułóż dzióbek i dmuchaj równym strumieniem powietrza. 👉 3 x 5 sekund</p>	<p>Nabierz powietrza i przenieś je z jednego policzka do drugiego. 👉 usta zamknięte</p>	<p>Unieś język za górne zęby i przytrzymaj. 👉 5 sekund x 5 powtórzeń</p>
WTOREK	<p>Przesuwaj język po podniebieniu: przód → tył → przód. 👉 powoli i dokładnie</p>	<p>Wykonuj kląskanie: wolno szybko rytmicznie</p>	<p>Na zmianę: 😊 szeroki uśmiech ↔️ 😞 dzióbek 👉 10 powtórzeń</p>	<p>Język uniesiony do podniebienia – oddychaj spokojnie przez nos. 👉 10 sekund</p>
ŚRODA	<p>Mocno zaciśnij wargi i trzymaj. 👉 5 sekund x 5</p>	<p>Zrób dzióbek i przesuwaj go na boki. 👉 powoli, bez poruszania głową</p>	<p>Oderwij język od podniebienia z wyraźnym „klik”. 👉 powoli i dokładnie</p>	<p>Język przesuwaj się po podniebieniu: przód → środek → tył zatrzymanie w każdym miejscu</p>
CZWARTEK	<p>Dotykaj czubkiem języka różnych miejsc na podniebieniu (punktowo). 👉 precyzja, nie szybkość</p>	<p>Nabierz powietrza w policzki i powoli wypuszczaj</p>	<p>„Naprzemienne policzki” Raz jeden policzek, raz drugi (bez uciekania powietrza).</p>	<p>Wykonaj parskanie i dodaj dźwięk („brrr”). Zacznij spokojnie, następnie lekko przyspiesz</p>
PIĄTEK	<p>Kląskanie w rytmie (np. wolno-szybko-wolno).</p>	<p>„Cichy wiatr” Dzióbek + bardzo delikatny wydech (kontrola siły).</p>	<p>Delikatnie przesuwaj wargi wzdłuż górnych i dolnych zębów – wargi lekko dotykają powierzchni zębów, ale nie naciskają mocno.</p>	<p>„Silny wiatr” Dzióbek + mocniejszy, ale krótki wydech.</p>



# Ćwiczenia oddechowe

Solenizant dmucha  
mocno w stronę ciasta.

Spróbuj dmuchać tak,  
by świeczka nie zgasła.



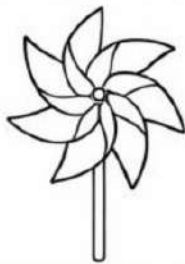
Bąk lata po łące  
i kwiaty znów wacha.

Jakie piękne maki!  
Ty też je powąchaj.



Wiatrak nie ma siły  
mimo szczyrych chęci.

Proszę pomóż mu  
znów w koło się kręcić.



Chmurka goni chmurkę,  
znów robią zawody.

Umiesz zrobić tutaj  
burzę w szklance wody?



Pociąg mknie po torach,  
para z pieca bucha.

Jakie dźwięki słyszysz?  
Powiedz mi do ucha.



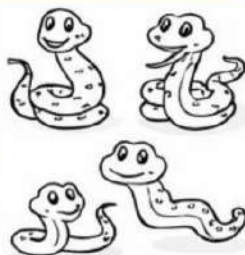
Chmurka goni chmurkę,  
znów robią zawody.

Umiesz zrobić tutaj  
burzę w szklance wody?



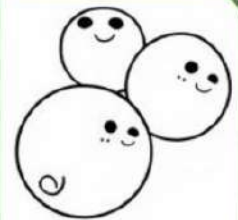
Węże to są gady,  
syczą jak szalone.

Nie bój się tych węży,  
posycz tak jak one.



Piłkarz gole strzela  
piłką kolorową.

A Ty dmuchaj buzią  
w piłkę pingpongową.



1. Dziecko dmucha w stronę płomienia świecy, tak by poruszyć płomieniem, ale nie zgasić go.
2. Dziecko oddycha przez reznodkiem, bardzo długó wacha kwiatki, hr zją powietrze neoczys.
3. Dziecko nabiera powietrze noskiem i dmucha w stronę wiatrazką tak iw ten się poruszyi.
4. Dziecko nabiera powietrze noskiem, zuióšane napóphimkę i tobi BUREE (rniezze wymocza male Źitła)
5. Dziecko nubiera powietrze noskítum moemym. wdechtem i wóthnuchąi z ściere gate przez.
6. Dziecko nabiera powietrze noskiem, naśšianne jšiczekow jeni ŠŠŠŠ góš w lóš-d, pingongotié.
7. Dziecko nabiera powietrze noskiem, tak by przeturile ją lebko.
8. Dziecko nabiera DO stófluia wdechta, wysowúa wéšá. Źczególowy opis éwiczen wymową ŠŠŠŠ jak wáŹ.

# RÓŻNICOWANIE GŁOSEK

## ZAKUPY S-SZ

Pomóż Sylwii i Miłoszowi zrobić zakupy. Produkty z głoską S włoż do wózka Sylwii, a produkty z głoską SZ do wózka Miłosza.

Nazwij wszystkie produkty.



S



SZ

# RÓŻNICOWANIE GŁOSEK

## ZAKUPY J-L

Pomóż Julce i Leonowi zrobić zakupy w supermarkecie. Do wózka Julki dopasuj produkty z głoską J, a do wózka Leona z głoską L.

Nazwij wszystkie produkty.



Julka



Leon

# ROZŚPIEWANE L SPIEWAMY JAK NA SCENIE

Wcielamy się w piosenkarza i śpiewamy sylaby  
oraz wyrazy z głoską L,  
dbając o poprawne ułożenie języka wewnątrz buzi  
(za górnymi zębami).  
Dotknij językiem miejsca za górnymi zębami  
i powiedz llll... jakbyś śpiewał

- Rozgrzewka głosu: powtarzanie na melodię:
  - la la la
  - lo lo lo
  - lu lu lu
  - le le le
- Śpiewanie „nutek”: „śpiewamy” (wydłużamy głoskę):
  - laaaa, loooo, luuuu
- można zmieniać głośność: cicho - głośno
- Mini piosenki:np.:
  - „Lala lubi lody”,
- wypowiedane rytmicznie lub śpiewane
- Zabawa mikrofonem: udajemy, że trzymamy mikrofon (jak na obrazku)
- śpiewamy wyrazy z L:
  - lampa, lody, lalka, list



# JAK WSPIERAĆ ROZWÓJ MOWY DZIECKA w domu?





Propozycja prostych ćwiczeń logopedycznych  
– wystarczy kilka minut dziennie!



## ĆWICZENIA ODDECHOWE

-  **Dmuchanie na piórko lub watę**  
Utrzymuj je jak najdłużej w powietrzu.
-  **Bańki mydlane**  
Powolne i równomierne dmuchanie.
-  **Przesuwanie kulki**  
Dmuchaaj na kulkę po stole.
-  **Świecezka**  
Poruszaj płomień delikatnym wydechem.
-  **Balonik**  
Powolne nadmuchiwanie –  
ćwicz siłę wydechu.

## WSKAZÓWKI DLA RODZICÓW

-  Ćwicz **codziennie** przez kilka minut
-  Bądź **cierpliwy** i wspierający
-  Nie zmuszaj dziecka do długich ćwiczeń
-  Najważniejsza jest **regularność**

## ĆWICZENIA ARTYKULACYJNE (gimnastyka buzi)

-  Szeroki uśmiech
-  Dzióbek
-  Naprzemienne:  
uśmiech – dzióbek
-  Parskanie wargami
-  Nadmuchiwanie policzków
-  Przenoszenie powietrza  
z jednego policzka do drugiego
-  Klądanc se językiem
-  Przenoszenie powietrza

LOGOPEDA SZKOLNY



# ĆWICZENIA WIBRACJI

## języka

- Śpiewaj *la la la, lo lo lo, lu lu lu, le le le*
- Uderzając językiem w górny wałek, wymawiaj szybko głoski: *ttt, ddd...*
- Uderzając językiem w górny wałek dźwiękowy, wymawiaj szybko *td td td...*
- *ttt, ddd, td td td opanowane?*
- Dodaj głoskę *n*. Uderzając przednią częścią języka w górny wałek dźwiękowy, wymawiaj szybko: *tdn tdn tdn...*



## CO MA RĘKA DO MÓWIENIA ?

**Ośrodki w mózgu odpowiedzialne za ruchy rąk i mowę znajdują się blisko siebie i wzajemnie na siebie wpływają. Dlatego rozwój sprawności dłoni wspiera rozwój mowy u dziecka.**

**Dlaczego ćwiczenia ręki są ważne?  
aktywizują obszary mózgu związane z mową  
wspierają rozwój koordynacji wzrokowo-ruchowej  
rozwijają motorykę małą (precyzję ruchów)  
To ważny element wspierania rozwoju językowego**

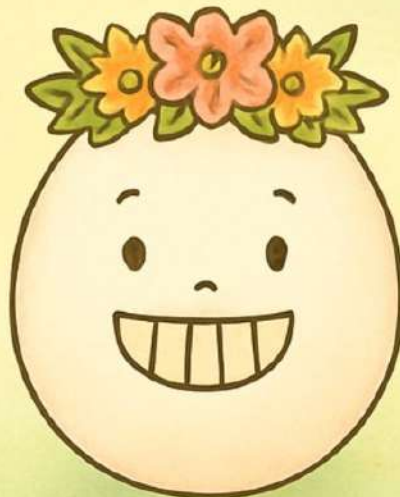
**Jakie trudności mogą się pojawić?  
problemy z precyzyjnym chwytem (np. trzymaniem ołówka)  
obniżona sprawność manualna trudności  
w wyraźnym mówieniu**

**Jak wspierać dziecko?  
zachęcaj do rysowania i kolorowania  
proponuj wycinanie i lepienie (plastelina, masa)  
ćwicz manipulowanie małymi przedmiotami (koraliki, klocki)  
angażuj w zadania wymagające dokładności**

# Zabawy buzią i językiem w wielkanocnym nastroju



POŚLIJ CAŁUSKI



SZEROKI UŚMIECH



UNIEŚ CZUBEK JĘZYKA  
ZA GÓRNE ZĘBY



NADYMAJ POLICZKI  
JAK BALONIKI



KLĄSKAJ



UŚMIECHNIJ SIĘ NIE  
POKAZUJĄC ZĘBÓW



# PTASIE ĆWICZENIA LOGOPEDYCZNE POWTARZAJ SYLABY



# WIOSENNY DETEKTYW SŁÓW

W zdaniach ukryły się błędy, wyrazy się pogubiły i zmieniły miejsce.

Przeczytaj uważnie każde zdanie, znajdź wszystkie błędy.

Następnie napisz całe zdanie poprawnie.

Pamiętaj o wielkich literach na początku zdania, prawidłowej pisowni czasowników i znakach interpunkcyjnych.

- dzieci w zjeżdżalni parku biega i bawia się na
- rosną duże drzewa a mniejsze w lesie krzewy są ukryte między nimi
- ptaki latają a słońce świeci mocno na niebieskim niebie po niebie
- dzieci zbierają jagody i powoli po lesie grzyby chodzą
- na łące i motyle siadają na ich kolorowych płatkach kwiaty pachną



**Ćwicz wyraźną  
wymowę – powtarzaj  
każdy łamaniec trzy razy  
szybko, ale starannie.**

# Wiosenne ŁAMANCE językowe



- SZCZYPIĄCE SZPAKI SZELESZCZĄ W SZUWARACH.
- BRZĘCZĄCE BZY BUJAJĄ BIEDRONKI NA BRZEGU ŁĄKI.
- WIOSENNE WIATRAKI WIETRZĄ WILGOTNE WIERZBY.
- ŻABKI ŻWAWO ŻONGLUJĄ ŻÓŁTYMI LIŚĆMI.
- SŁONECZNE SZCZYTY SZUMIĄ SZMARAGDOWYM LASEM.
- PŁYNAĆCE PO POTOKU PŁASKIE LIŚCIE TAŃCZĄ W WODZIE.
- STUKAJĄCE STOPY SKACZĄ PO SUCHYCH GAŁĄZKACH.
- KWIATY KROKUSÓW KRĘCĄ KOLOROWE KÓŁKA W TRAWIE.
- SŁONKO ŚWIECI, A ŚLIMAKI ŚPIESZNIE SUNĄ PO SZMARAGDOWEJ TRAWIE.
- WIETRZNE WIERZBY WYGINAJĄ GAŁĘZIE NAD WODĄ.

**Ułóż własny łamaniec**

**Spróbuj stworzyć własne trudne zdanie, np. z wyrazami zaczynającymi się na tę samą głoskę:**



# CZYTAM, ROZUMIEM, OPOWIADAM



## Wiosenne ćwiczenia rozwijające i wypowiedzi

**Przeczytaj uważnie tekst.**

Pewnego wiosennego dnia Ania wybrała się na spacer do parku. Świeciło ciepłe słońce, a na drzewach pojawiły się pierwsze zielone liście. W powietrzu unosił się zapach kwiatów, a na trawie biegały wesołe wiewiórki. Dziewczynka zauważyła kolorowego motyla, który usiadł na żółtym kwiatku, i przyglądała mu się z zachwytem. Nagle zaczął padać lekki deszcz, więc Ania otworzyła parasol i pobiegła w stronę domu. Po drodze spotkała koleżankę, z którą rozmawiała o tym, co widziały w parku, a w domu czekała na nią gorąca herbata.

**Odpowiedz pełnymi zdaniami na pytania:**

Dokąd wybrała się Ania?

Co zauważyła w parku?

Co się stało pod koniec spaceru?

Kogo Ania spotkała po drodze?

Napisz własne zdanie o tym, co mogłaby jeszcze zobaczyć Ania w parku wiosną.

# WIOSNA W AKCJI

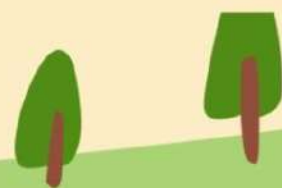
## Czytanie ze zrozumieniem

### Przeczytaj tekst:

Wczesnym rankiem Kuba wybrał się na przejażdżkę rowerową poza miasto. Droga prowadziła przez zielone pola i kwitnące sady. Chłopiec zatrzymał się na chwilę, aby posłuchać śpiewu ptaków i odpocząć pod rozłożystym drzewem. Nagle zauważył, że nad jego głową zbierają się ciemne chmury. Po kilku minutach rozpadał się deszcz, więc Kuba szybko ruszył w drogę powrotną.

### Odpowiedz pełnymi zdaniami:

1. Dokąd wybrał się Kuba i dlaczego?
2. Co robił podczas postoju?
3. Co zapowiadało zmianę pogody?
4. Jak zachował się bohater, gdy zaczęło padać?





## ***Drodzy Rodzice, Kochane Dzieci,***

*Dziękuję za wspólnie spędzony czas z drugim, wiosennym numerem Kwartalnika Logopedycznego. Mam nadzieję, że zaproponowane ćwiczenia i zabawy były dla Was nie tylko pomocą w rozwijaniu mowy, ale także okazją do radosnych chwil spędzonych razem.*

*Pamiętajmy, że rozwój mowy to proces, który wymaga systematyczności, cierpliwości i zaangażowania, ale może być również pełen uśmiechu i dobrej zabawy. Nawet krótkie, codzienne ćwiczenia przynoszą efekty i budują u dziecka pewność siebie w komunikacji. Zachęcam do wykorzystywania wiosennej energii, rozmów podczas spacerów, opisywania świata, zadawania pytań i wspólnego odkrywania nowych słów. Każda taka chwila to krok w stronę lepszej, wyraźniejszej mowy.*

*Życzę Wam wielu sukcesów, radości z postępów oraz nieustającej motywacji do dalszej pracy.*

***Do zobaczenia w kolejnym numerze!***