

1- ¿QUÉ HACER ANTE LAS DISLALIAS?

RECOMENDACIONES PARA LAS FAMILIAS



- ❖ Utiliza un vocabulario variado y correcto con tu hijo/a.
- ❖ En los tiempos juntos, aprovecha para estimularle lingüísticamente a través de cuentos, comentarios de imágenes, etc.
- ❖ Habla siempre despacio y vocalizando al mismo tiempo.
- ❖ Cuando el niño cometa alguna incorrección a nivel articulatorio o morfosintáctico, no le mandes repetir una y otra vez la forma correcta, sino repite tú mismo/a la palabra o la frase de modo adecuado.
- ❖ Intenta mantener conversaciones siempre cara a cara, para que el niño/a se acostumbre a interactuar mirando a la cara del otro.
- ❖ Ten paciencia y espera a que se exprese; no le intentes ayudar terminando tú sus frases.
- ❖ Proporcióname experiencias cotidianas diversas, de manera que vaya conociendo el mundo y estructurando su pensamiento a través del lenguaje- leer cuentos, comentar lo que ve en la televisión, hablarle de cosas que le interesen.
- ❖ Ayúdale a cuidar los turnos en la conversación y a utilizar las expresiones de cortesía.
- ❖ Refuerza siempre con expresiones de afecto sus esfuerzos por mejorar lingüísticamente.
- ❖ Habla al niño de forma pausada y con claridad con el fin de que perciba claramente los sonidos de las palabras.
- ❖ Evita las presiones excesivas sobre el niño para hacer que pronuncie todos los sonidos lo más pronto posible.
- ❖ Evita repetir al niño las palabras tal y como él las pronuncia. Al niño hay que hablarle con una correcta pronunciación.
- ❖ Deja al niño el tiempo necesario para que cuente lo que ha hecho o lo que piensa, estando atento a las presiones que algunas veces de forma involuntaria se pueden ejercer.
- ❖ Dedica un tiempo diario para trabajar con tu hijo.

2. EJERCICIOS DE RELAJACIÓN

Respiración consciente. Tomar conciencia de la propia respiración

Respiración consciente. Sentado en tu silla, con la espalda muy recta, respira tranquilamente. Observa cómo es tu respiración: agitada o serena, corta o profunda, regular o irregular... Cierra los ojos y concéntrate en el recorrido del aire en tu interior: cómo entra y cómo lo expulsas. Ve haciendo que tu respiración sea cada vez más profunda. Respira tres veces llenando de aire el abdomen y el pecho. Expulsa el aire cada vez, muy despacio. Por último, abre los ojos y mueve los hombros en círculos, hacia atrás.

Sonidos de fuera, sonidos de dentro. Ejercitar la percepción

Sonidos de fuera, sonidos de dentro. Sentado cómodamente en tu silla, con los pies apoyados en el suelo, la espalda muy recta y las manos sobre tus rodillas, cierra los ojos y concéntrate en todos los sonidos y ruidos que llegan de fuera: unos pasos, una puerta que se cierra, el ladrido de un perro a lo lejos... Poco a poco, empieza a prestar atención a los sonidos de dentro... quizás escuches un zumbido grave... o un pitido agudo... o quizás oigas el latido de tu corazón... Lentamente, vuelve a escuchar los sonidos de fuera. Abre los ojos, al mismo tiempo que estiras los brazos hacia delante.

Columna de hierro, columna de goma. Destensar la columna vertebral y la espalda

Columna de hierro, columna de goma. Sentado cómodamente en tu silla, con los pies apoyados en el suelo, la espalda muy recta y las manos sobre tus rodillas, cierra los ojos y haz tres respiraciones abdominales profundas. Empieza a respirar más lentamente y concéntrate en tu columna vertebral. Recórrela mentalmente de abajo a arriba. Imagina que tiene la dureza y rectitud de una barra de hierro. Imagina que de pronto se fuera convirtiendo en una

barra de goma, flexible y blanda. Vuelve a sentir que tu columna es, sucesivamente, de hierro y de goma. Después, lentamente, mueve los hombros hacia atrás y abre los ojos.

El casco de minero. Relajar la mente

El casco de minero. Sentado en tu silla, con la espalda muy recta y los ojos cerrados, respira tranquilamente. Ve haciendo que tu respiración sea cada vez más profunda. Respira tres veces llenando de aire el abdomen y el pecho. Expulsa el aire cada vez, muy despacio. Imagina que sobre tu cabeza llevas puesto un casco de minero, de esos que tienen una lámpara en la frente. Intenta, sin abrir los ojos, mirar fijamente esa lámpara durante un rato. Cuando lo creas oportuno, abre los ojos.

La biblioteca misteriosa. Dejar volar la imaginación

La biblioteca misteriosa. Sentado en tu silla, con la espalda muy recta, respira tranquilamente. Cierra los ojos, concéntrate en el recorrido del aire en tu interior y ve haciendo que tu respiración sea cada vez más profunda. Imagina que tu cuerpo es una casa, llena de habitaciones. Los pies, las piernas y los muslos son el sótano; las caderas, el vientre y la cintura, la planta baja; el estómago, el pecho y el tórax, el primer piso. La columna vertebral y la espalda, son las escaleras que unen todos los aposentos. Los hombros, el cuello y la cabeza forman el último piso. Imagina ahora que en la parte más alta de tu cabeza se levanta una torre que alberga una extraña biblioteca, llena de hermosos libros. Imagina que estás ahí y que tienes un libro entre las manos: siente su tacto y la textura del papel; intenta recordar el olor de sus hojas impregnadas de tinta y de sus viejas tapas de piel. En esa torre, coincidiendo con el centro de tu frente, hay una ventana que se abre a un espacio infinito. Asómate a ella durante unos segundos, antes de abrir suavemente los ojos, mientras giras los hombros hacia atrás y estiras, por fin, los brazos.

3-. EJERCICIOS DE RESPIRACIÓN

Distribución del tiempo:

- ❖ Inspiración nasal: 5-7 seg
- ❖ Retención: 2-3 seg
- ❖ Espiración: 7-9 seg
- ❖ Descanso entre ejercicios: 15 – 20 seg
- ❖ Tiempo dedicado: 5 – 8 minutos

Para realizar los ejercicios respiratorios el niño debe estar relajado. La posición puede ser:

- Tumbado con las piernas estiradas
- Tumbado con las piernas flexionadas
- Sentado
- En pie

También pueden ser realizados con las siguientes variantes:

- Espirar soplando
- Espirar silbando
- Con las manos en las caderas
- Levantando los brazos a la altura de los hombros en la inspiración y bajándolos en la espiración
- Levantando los brazos en la inspiración hasta colocarlos en posición vertical en relación al cuerpo.

Toma aire por la nariz lenta y profundamente

Aguanta

Echa lentamente por la nariz



Toma aire por la nariz lenta y profundamente

Aguanta

Echa todo por la nariz en 3 o 4 veces



Toma aire por la nariz lentamente

Aguanta

Echa todo por la nariz rápidamente



Toma aire por la nariz lenta y profundamente

Aguanta

Echa todo por la boca lentamente



Toma aire por la nariz lentamente

Aguanta

Echa todo por la boca rápidamente



Toma aire por la nariz lenta y profundamente

Aguanta

Echa todo por la boca en 3 o 4 veces



4-. EJERCICIOS DE SOPLO

- A SOPLARRR!

Vamos a soplar sacando el labio de abajo y poniéndolo sobre el de arriba. ¡Así, muy bien! ¿Qué pasa ahora? Si, si, que cada niño hace volar su propio flequillo. Intentémoslo de nuevo. ¡A ver quién lo levanta más alto! Ahora soplamos sacando el labio de arriba y colocándolo sobre el labio de abajo. ¡Así, perfecto! ¿Qué sucede? Que todos aireamos nuestra camisa y sintamos correr el aire por dentro de nuestro pecho. Sigamos, ¡A ver quién hincha más su camisa!

- VELAS

Para estos ejercicios se requiere especial atención por parte del adulto.

1. Encender una vela y pedir al niño que la apague a una distancia cada vez mayor
2. Decir al niño que sople una vela encendida de forma que mueva la llama pero que no la apague. Acercar y retirar la vela.
3. Encender varias velas y que las apague de un solo soplo.
4. Apagar una vela con pajita.
5. Apagar una vela con varios golpes de soplo.

- PAJITAS

1. Poner agua con detergente líquido y hacer burbujas con la ayuda de una pajita
2. Tomar líquidos a través de la pajita
3. Traspasar agua de un vaso a otro con una pajita
4. Chupar agua, retener en la boca y echar en escopeta
5. Poner agua con trocitos de plástico o canicas y soplar
6. Reunir papelitos soplando

- OTROS MATERIALES

Alternar los ejercicios anteriores soplando distintos objetos que emitan sonidos: flautas, armónicas, matasuegras, serpentinas, etc. Así como inflar globos, soplar burbujeros, papelitos, molinillos y otros juegos que existen en el mercado.

5-. EJERCICIOS DE MOTRICIDAD BUCAL

EL CARACOL



LABIOS

- Sonreír sin abrir la boca, reír
- Separar los labios ligeramente, juntar los labios
- Poner morro y sonrisa con los labios alternativamente
- Proyectar los labios unidos, llevarlos a derecha e izquierda y sonreír
- Mantener pasivo el labio inferior y moverlo con los dedos verticalmente
- Enseñar los dientes y esconderlos
- Inflar los carrillos y chuparlos
- Morderse el labio superior e inferior
- Apretar y aflojar los labios unidos hacia fuera y sonreír
- Colocar entre los labios objetos de diferente espesor, que debe sujetar y presionar (lápiz, pajita, depresor,...)
- Dar diez besos sonoros y sonreír
- Relamer con la punta de la lengua el labio superior e inferior por dentro

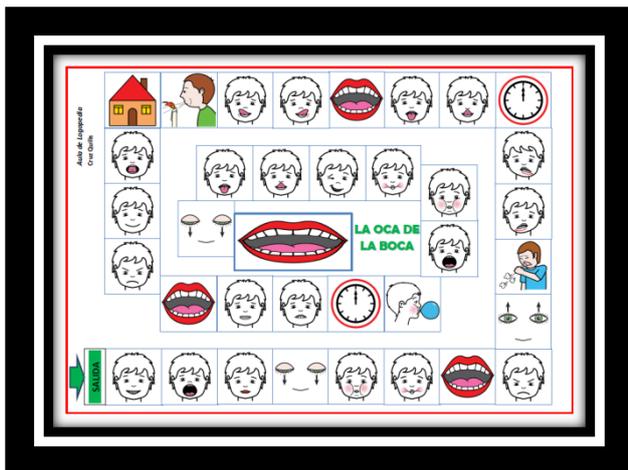
LENGUA

- Sacar la lengua y meterla
- Relamerse el labio de arriba
- Lengua dirigida a la nariz y al suelo
- Lengua dirigida a la oreja derecha y a la izquierda
- Sacar la lengua lo máximo posible
- Sacar la lengua lo mínimo posible, asomando solo la punta entre los labios
- Abrir la boca, sacar la lengua y meterla cerrando la boca

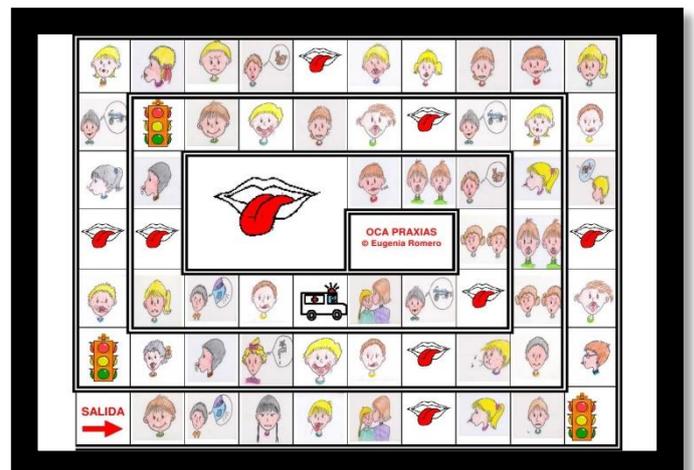
MANDÍBULAS

- Abrir y cerrar la boca despacio
- Abrir y cerrar la boca deprisa
- Abrir la boca despacio y cerrarla deprisa
- Abrir la boca deprisa y cerrarla despacio
- Abrir la boca al máximo, cerrarla solamente un poco
- Mascar chicle
- Dientes de arriba muerden dientes de abajo

LA OCA DE LA BOCA

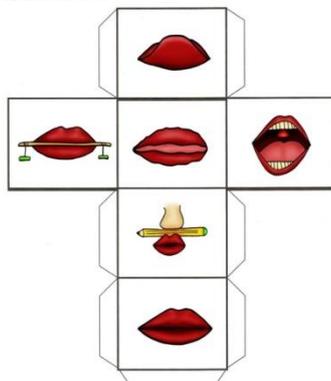


OCA PRAXIAS

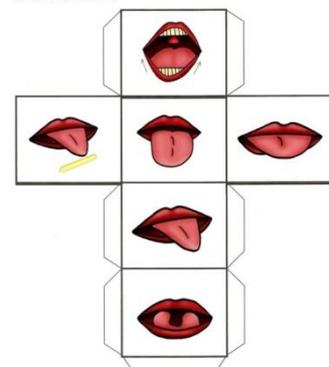


Ejercicio recuperado de: <http://blogdelosmaestrosdeaudicionylenguaje.blogspot.com.es>

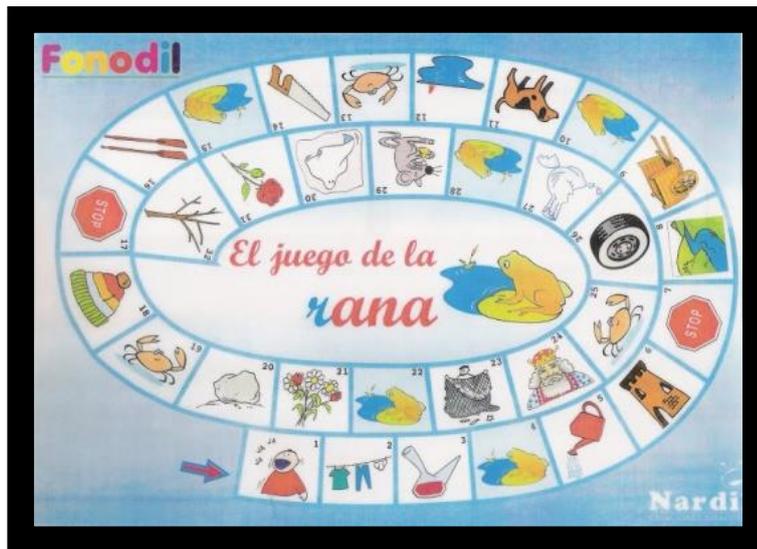
DADO LABIOS



DADO LENGUA

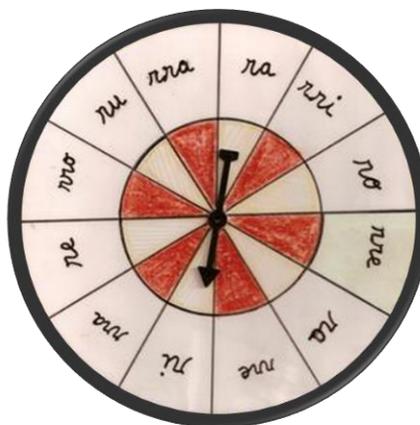


FONODIL

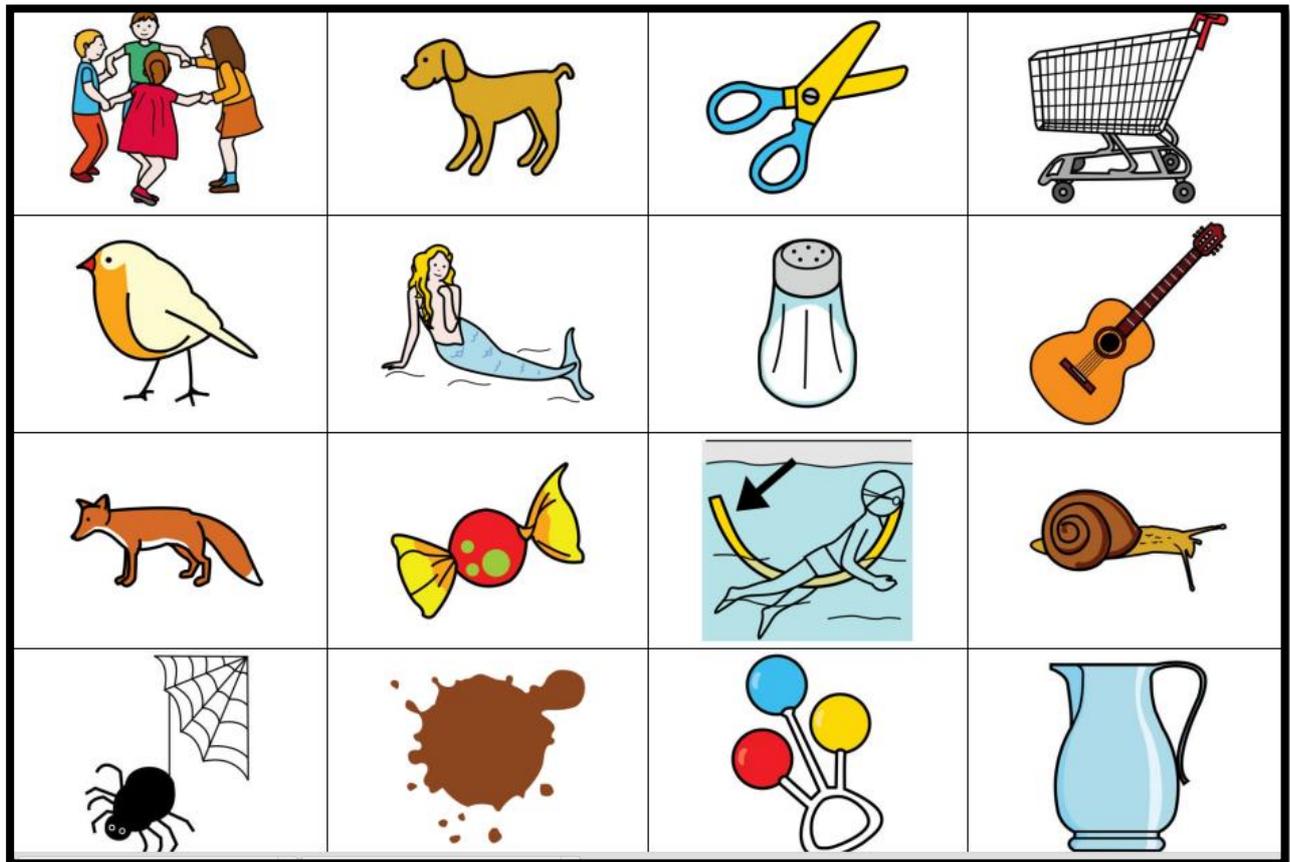


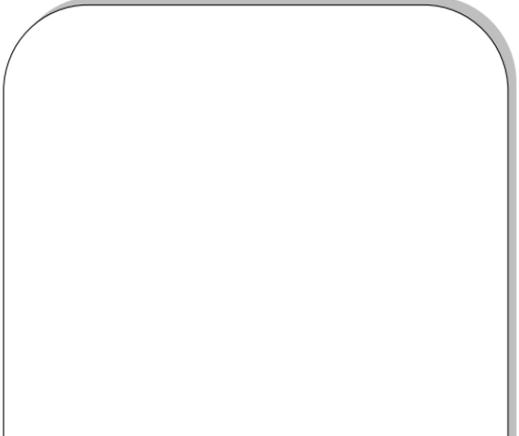
Ejercicio recuperado de <http://www.espaciologopedico.com/tienda/prod/2177/fonodil-1-el-juego-de-los-fonemas.html>

"LA RRRRRULETA"



7- EJERCICIO DE DISCRIMINACIÓN AUDITIVA

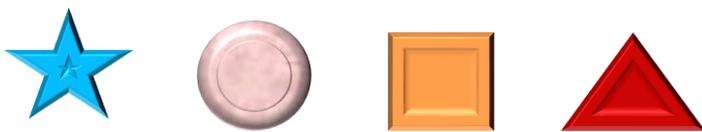


 ERRE SUAVE	 ERRE FUERTE
	

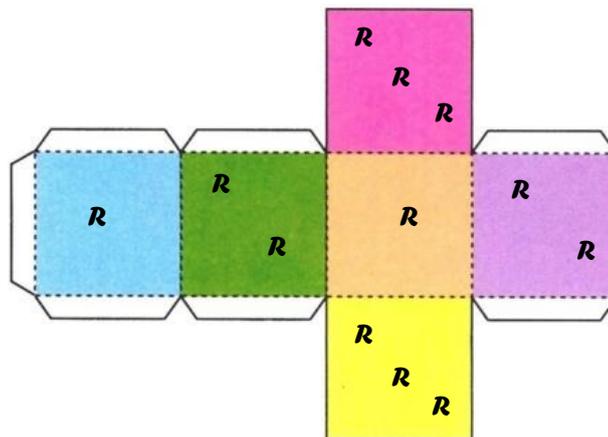
8- TABLERO ERRE QUE ERRE



FICHAS



DADO



9.-TARJETAS



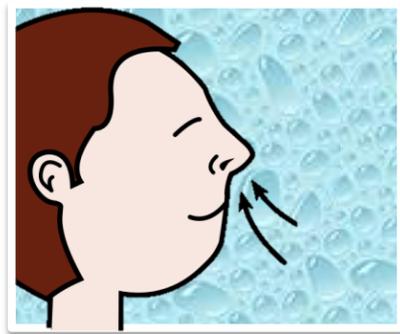
MOTRICIDAD BUCAL



SOPLO



RELAJACIÓN



RESPIRACIÓN



REPETICIÓN

MOTRICIDAD BUCAL

La lengua se va a bailar arriba, abajo, derecha, izquierda. ¡Sácala lo más que puedas!

Límpiate con la lengua los dientes de arriba y de abajo hacia arriba, uno a uno

La lengua va en coche, y ha empezado a llover. ¡Pon el parabrisas!

La lengua se va de paseo en helicóptero:
TTTTTTTTTTTT
TTTTTTTTTTTT
TT

Haz como si tuvieras un caramelo en la boca ¡Qué rico!

A la lengua le persigue un monstruo. Haz que corra mucho. ¡Que no te coja!

Se ha estropeado el ascensor. La lengua tiene que subir andando las escaleras (la lengua, de arriba abajo en el centro de los labios)

Realizar el sonido del trote del caballo

¡Llegó la hora del postre! Simula que te estás comiendo un helado

SOPLO

Coge una pajita y un vaso de agua y haz burbujas

Coge una vela y hazla bailar sin que se apague

Coge dos vasos. Un vaso lleno y otro vacío. Intenta traspasar el agua con una pajita de un vaso al otro

Coge un vaso de agua y una pajita y sopla por un agujero de la nariz tapando el otro y haz burbujas. Prueba cambiando de agujero

Coge los confetis y espárcelos sobre la mesa. Reúnelos soplando

Coge una tira de papel y vete soplando. El adulto coge el papel y lo va alejando a medida que soplas

Infla un globo

Coge los confetis déjalos todos juntitos y ve esparciéndolos por la mesa con una pajita

Coge una vela acércala y aléjala. ¡Haz que se mueva!

RELAJACIÓN

Cierra fuertemente los ojos! Ahora ábrelos lentamente. Repite guiñando un solo ojo.

Relajados, nos masajeamos con la yema de los dedos en pequeños círculos cara, nariz y labios.

Arrugar fuertemente la nariz. Notar la sensación de tensión sobretodo en el puente de la nariz y los dos orificios. Relajar gradualmente.

Realizar una sonrisa muy forzada. Notar la sensación de tensión los labios y ambas mejillas. Relajar la cara muy lentamente

Dibuja en el aire un ocho con la cabeza

Apretar los labios fuertemente proyectándolos hacia fuera. Notar la tensión en los labios y a cada lado de los mismos. Relajar los

Arrugar la frente. Sentir la sensación de tensión por encima de las cejas y en el puente de la nariz. Relajar poco a poco

Apretar la lengua fuertemente contra el cielo de la boca. Notar la tensión dentro de la boca. Dejar caer la lengua poco a poco

Tensar fuertemente el cuello. Notar que sientes la tensión en la nuez y en la parte posterior del mismo. Relajar el cuello de forma gradual

RESPIRACIÓN

¿A qué te huele?

Café, jabón,
chocolate

Siente que eres un
globo. Hínchate y
deshínchate

Coge aire por la nariz
y aguántalo durante
unos segundos. Al
espirar decir /a/
abriendo la boca

Coge aire por la nariz
y aguántalo durante
unos segundos. Al
espirar decir /u/
abriendo la boca

Coge aire por la nariz
en cuatro tiempos.
Saca el aire a golpes
suavemente

Deja entrar el aire por
tu nariz, aguántalo
unos segundos y
déjalo escapar
suavemente

Túmbate en el suelo
y colócate un libro en
tu barriga. Respira
diez veces y mira
como sube y baja

Coge aire por la nariz
y aguántalo durante
unos segundos. Al
espirar decir /r/
abriendo la boca

Coge aire por la nariz
en seis tiempos.
Saca el aire a golpes
suavemente

REPETICIÓN

Utiliza estas palabras
para crear una frase:
losa y rosa

Adivinanza: Vivo en
el desierto, aguanto
mucho sin beber ,
tengo una joroba y
cabello no soy

Completa la frase: El
fruto del naranjo es
la.....

Haz una frase con
estas dos palabras:
lata y rata

Construye una frase
que incluya las
palabras: flor y
caracol

Repite esta frase
utilizando solo la /o/:
El tío Arturo fuma
puros

Haz una frase con
estas dos palabras:
pelo y perro

Salta durante 30 seg.
Diciendo: tra, tre, tri,
tro, tru...

Todos cantamos!!!
Al corro de la
patata...

SUERTE

Retrocede una casilla

Retrocede dos casillas

Adelanta dos casillas

Adelanta una casilla

¡Tirada extra!

Vete a la cárcel

Guarda esta tarjeta.
Te salvará de la
cárcel

Avanza hasta la
casilla Erre que erre
más cercana

Colócate en la casilla
de salida

Adelanta tres casillas

Retrocede tres casillas

Elige un compañero
para que retroceda
máximo 6 casillas.
¡Tú decides!