

www.larioja.org



Gobierno  
de La Rioja

Educación, Cultura y  
Turismo

Educación

C/ La Estrella nº 1  
26540 Alfaro.  
La Rioja.  
Teléfono: 941 182361  
Fax: 941 182361  
e-mail :eipc.laflorida@larioja.org

E.I.P.C. LA FLORIDA

# **PROGRAMA DE ESTIMULACIÓN COMUNICACIÓN Y LENGUAJE**



Gobierno  
de La Rioja

## PROGRAMA DE ESTIMULACIÓN DE LA COMUNICACIÓN Y EL LENGUAJE

### RECOMENDACIONES

- ✓ NO CANSE AL NIÑO CON LOS EJERCICIOS, RESPETE SUS NECESIDADES Y SUS DEMANDAS.
- ✓ TRABAJE JUGANDO, EL NIÑO NO DEBE PERCIBIR LOS EJERCICIOS COMO UN SACRIFICIO O COMO UN CASTIGO POR HABLAR MAL.
- ✓ REFUERCE A SU HIJO DE FORMA POSITIVA CUANDO CONSIGA HACER BIEN ALGUNO DE LOS EJERCICIOS PROPUESTOS: SONREIRLE, HACERLE UNA CARICIA, DARLE UN CAMELO, DARLE UN BESO, ETC. SUELE DAR BUEN RESULTADO.
- ✓ NO ESTÉ MÁS DE 20 MINUTOS CON EL NIÑO EN CADA UNA DE LAS SESIONES, EMPLEAR MÁS TIEMPO, PODRÍA CANSARLOS A AMBOS
- ✓ MARQUE CON UNA CRUZ CADA UNO DE LOS EJERCICIOS QUE CONSIGA REALIZAR BIEN EL NIÑO.
- ✓ SI UN EJERCICIO RESULTA MUY DIFÍCIL PARA USTED O PARA EL NIÑO, NO INSISTA DEMASADO EN SU REALIZACIÓN, CAMBIE DE ACTIVIDAD; TIENE MUCHOS EJERCICIOS DONDE ELEGIR.
- ✓ NO SE DESANIME SI “FRACASA” EN ALGÚN INTENTO, ES UN TRABAJO QUE REQUIERE TIEMPO Y MUCHO ESFUERZO.

**¡USTED PUEDE CONSEGUIRLO, ADELANTE!**



Gobierno  
de La Rioja

**ANTES DE APLICAR EL PROGRAMA, ES CONVENIENTE QUE LO LEAN ENTERO, DE CORRIDO, PARA TENER UNA VISIÓN EN CONJUNTO DE TODOS LOS EJERCICIOS PROPUESTOS, UNA VEZ LEIDO Y COMPRENDIDO, PODEMOS EMPEZAR A TRABAJAR CON EL PROGRAMA CON LA CALMA Y LA TRANQUILIDAD QUE ESTE TRABAJO REQUIERE.**

### **COMO HABLAR A SU HIJO/A**

- ✓ HABLE SIEMPRE **DESPACIO Y CLARO**; SIN PRECIMPITACIONES NI NERVIOSISMO.
- ✓ TRATE DE HABLARLE SIEMPRE **DE FRENTE** Y A UNA DISTANCIA PRUDENCIALMENTE CORTA( MEDIO METRO DE DISTANCIA SEGÚN LAS SITUACIONES)
- ✓ HABLARLE DESDE LEJOS Y CAUNDO NOS ESTÁ DANDO LA ESPALDA **NO SIRVE DE NADA**, YA QUE EL NIÑO NO PUEDE IMITARNOS
- ✓ SIEMPRE QUE SE DIRIJA AL NIÑO, TRATE DE UTILIZAR UN VOCABULARIO FAMILIAR CON PALABRAS CONOCIDAS POR EL NIÑO, REFERIDAS A OBJETOS Y PERSONAS DE SU ENTORNO COTIDICANO( CASA, ESCUELA, GUARDERÍA ETC)
- ✓ **HABLE CON SU HIJO**, SIEMPRE QUE TENGA OCASIÓN, NO ESCATIME ESFUERZOS, AUNQUE LE PUEDA PARECER QUE EL NIÑO NO LE ESTÁ COMPRENDIENDO, ES FUNDAMENTAL QUE LE HABLEMOS
- ✓ NO UTILICE EXPRESIONES MUY SOFISTICADAS, REBUSCADAS, MUY ADULTAS ETC. TRATE DE HABLAR DE FORMA SENCILLA, CON FRASES CORTAS Y COMPRENSIBLES PARA EL NIÑO
- ✓ SE TRATA DE **HABLAR CON EL NIÑO**; **NO DE HABLAR AL NIÑO SOLAMENTE**. DEBEN DE PARTICIPAR AMBOS EN EL DIALOGO.



Gobierno  
de La Rioja

- ✓ DELE A SU HIJO LA OPORTUNIDAD DE EXPRESARSE AUNQUE NO SE LE ENTIENDA MUCHO LO QUE DICE

## **ESTIMULACIÓN DE LA COMUNICACIÓN Y DEL LENGUAJE**

### **1.-ARTICULACIÓN**

Los ejercicios que a continuación se detallan tienen la finalidad de mejorar y facilitar la articulación del lenguaje en niños con distintos problemas para realizar determinados sonidos o con problemas de fluidez en el habla.

#### **1.1 Imitar movimientos de soplo**

- ✓ Soplar trozos de papel cortado a trocitos y colocados en una mesa frente al niño.
- ✓ Soplar una cerilla o una vela, hasta que se apague. Otra posibilidad es soplar suavemente la llama haciéndola oscilar sin que se apague. Para realizar este ejercicio hay que tener ciertas precauciones. Comenzar el ejercicio colocando la vela a unos 30 CMT del niño e ir aumentando la distancia hasta que no pueda apagarla.
- ✓ Soplar una pelota de ping-pong y jugar a mandarla de una parte a otra de la mesa sin que se caiga al suelo; también podemos jugar a llevarla soplando por un caminito previamente trazado, colocando lapiceros uno detrás de otro.
- ✓ Soplar instrumentos musicales sencillos: pitos, flautas, trompeta.
- ✓ Jugar a soplar molinillos.
- ✓ Hacer pompas de jabón.
- ✓ Hacer burbujas en un vaso con agua, soplando con una pajita.
- ✓ Hacer soplar al niño con un tubo pequeño al que adaptará los labios, obligándole de esta forma a centrar el soplo en un punto.
- ✓ Colocar una paja o tubo pequeño al que adaptará los labios, obligándole de esta forma a centrar el soplo en un punto.



## Gobierno de La Rioja

- ✓ Colocar una paja o tubo pequeño en el lado derecho de la boca del niño, como si fuera una pipa y se hará soplar al niño cambiando el lado izquierdo por el derecho alternativamente.
- ✓ Soplar un “matasuegras” con fuerza después de llenar bien los pulmones (inspiración profunda). Posteriormente se pedirá al niño que sople pero sin llegar a extender totalmente el “matasuegras”.
- ✓ Inflar globos de distintos colores; se puede ir contando las veces que necesita coger aire para inflar un globo de un determinado tamaño, comprobar si su capacidad de soplo va aumentando
- ✓ Contar cuentos en los que intervenga la mímica de soplar.

### NOTA

No es necesario hacer todos los ejercicios. Solo se realizarán los que resulten más atractivos para los niños y para los padres. Darle a la actividad un carácter lúdico, jugando se cansará menos el niño y la persona que los haga con él.

### **1.2. Ejercicios buco- fonales.**

#### **Movilidad de los labios, lengua, mandíbula y musculatura facial.**

Los ejercicios de este apartado es conveniente que se realicen delante de un espejo y por medio de la imitación: el adulto los realizará en presencia del niño y mirando al espejo y este lo imitará. Se deben corregir las posiciones inadecuadas.

##### **1.2.1.Movimientos externos de la lengua**

- ✓ Sacar la lengua lo máximo posible y meterla dentro de la boca con movimientos rápidos.
- ✓ Sacra la lengua lo mínimo posible, de forma que solo aparezca la punta entre los labios.
- ✓ Sacar la lengua y llevarla de un lado al otro de la boca. Se puede ayudar al niño con un chupa-chups colocándolo delante de la boca y hacer que saque



## Gobierno de La Rioja

la lengua para lamerlo, mover el caramelo hacia la derecha y hacia la izquierda.

- ✓ Tocar con la punta de la lengua el centro del labio superior y luego el del inferior.
- ✓ Pasar la punta de la lengua en círculo por los labios.

### 1.2.2. Movimientos internos de la lengua

- ✓ Poner la punta de la lengua en la cara interna de las mejillas y empujar ( parecerá que tenemos un caramelo dentro de la boca)
- ✓ Pasar la punta de la lengua por el centro del paladar, de atrás hacia delante y a la inversa.
- ✓ Hacer chasquidos con la lengua
- ✓ Hacer gárgaras.
- ✓ Abrir la boca grande emitiendo el sonido ( a ) . Irla cerrando poco a poco emitiendo el sonido ( o ) , y luego el ( u ).
- ✓ Abrir y cerrar la boca exagerando los movimientos. Se pueden hacer imitaciones exageradas de mascar chicle, masticar comida, etc.
- ✓ Mover la mandíbula de derecha a izquierda.
- ✓ Imitar una sonrisa exagerada del adulto ante el espejo.
- ✓ Hacer “ monitos” poniendo los labios juntos, apretándolos y estirándolos hacia adelante.
- ✓ Realizar sonidos onomatopéyicos, colocando si es posible los objetos que los realicen delante de los niños, utilizando juguetes u objetos reales.

-el reloj: tic – tac

- El perro: guau guau

-El gato: miau miau

-El pollito; pío pío

-El pato: cua cua

-La vaquita: muuuuuu muuuuuuu



Gobierno  
de La Rioja

-La oveja: beeeeeeee- beeeeeeee

-El coche: brun – brun

### 1.2.3. Ejercicios de labios

- ✓ Apretar los labios sin abrir la boca
- ✓ Sostener una paja, un pito, otro objeto , solo con los labios
- ✓ Estirar los labios sin abrir la boca( como una gran sonrisa) y encogerlos como para dar un beso sin abrir la boca.