

ELBİSTAN REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ

e - BÜLTEN



“ÇOCUĞUM İÇİN”

ETKİNLİKLER

DİL KONUŞMA EGZERSİZLERİ

**Yayın Koordinatörleri**

**Vefa BUĞDAY  
Okan DOĞAN**

**HAZIRLAYANLAR:**

**Gonca GÖZEL  
Ayşenur KILINÇ  
Gülay ACINIKLI**

**TASARIM:**

**Nurullah GEZEN**



## ÖNSÖZ

Çocuklarımızın gelişimlerinin sağlıklı olması için bedensel, zihinsel, sosyal ve duygusal yönden gelişimlerinin desteklenmesi gerekir. Her çocuğun bireysel olarak farklı olduğu göz önünde bulundurulmalıdır. Okul öncesi ve okul dönemindeki çocukların gelişim dönemlerinde bazı sorunlarla karşılaşabilmektedirler. Bu çalışmada dikkatini toplamada güçlük yaşayan, dil- konuşma problemi yaşayan ve otizm olan bireylere yönelik etkinlik örnekleri ve yararlanabileceği kaynak öneriler verilmiştir.

Değerli ailelerin ve bakım veren kişilerin çocukları etkili ve duyarlı bir iletişim kurabilmeleri, çocuklarının gelişimlerini ev ortamında kolayca destekleyebilmeleri için etkinliklere yer verilmiştir.

Elbistan Rehberlik ve Araştırma Merkezi olarak yol gösterici olmasını temenni ediyoruz.

ELBİSTAN REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ  
ÖZEL EĞİTİM BÖLÜMÜ

# İÇİNDEKİLER

**SAYFA NO:**

<b>ÖNSÖZ.....</b>	<b>2</b>
<b>Dil Konuşma Bozukluğu Olanlar için Egzersizler.....</b>	<b>4</b>
<b>Dil Konuşma Bozukluğu Olanlar için Kitap Önerileri.....</b>	<b>10</b>
<b>KAYNAKÇA.....</b>	<b>11</b>

## DİL HAREKETLERİ



1-Dili dışarı çıkarmak

2- Dili dudakların sağına soluna değdirmek

3- Dili dışarı içeri çekmek

4- Dili buruna doğru sokmak

5- Dili çeneye doğru çıkarmak

6-Dilin ucunu alt-üst dişlerle ısırarak

7-Dil ile dudakları yalama



8- Dili üst ön dişlere değdirme



9- Dili şıkladma(Dil ile üst damağa vurup alt damağa çekerek ses çıkarma)

10- Dil ucunu üst dişlerden en aşağıdaki ve en soldakine değdirme

11- Dili ağız içinde u biçiminde kıvrırma

12- Dil ile dudakları ıslatma

## DUDAK HAREKETLERİ



- 1- Dudakları yanlara doğru çekerek dişleri bitişik vaziyette gösterme
- 2- Üst dişleri gösterme
- 3- Alt dişleri gösterme
- 4- Üst dudağı ısırma
- 5- Alt dudağı ısırma
- 6- İki dudağı da ağız içine almak
- 7- Alt dudağı dışa döndürmek
- 8- U sesi çıkarır gibi dudakları öne uzatmak
- 9- Dudakları birbiriyle içe doğru sıkıştırmak
- 10- Kalemi dudakları arasında tutmak
- 11- Ruju dağıttığımız gibi iki dudağı birbirine sürme değdirme

## YANAK HAREKETLERİ



- 1- İki yanağı aynı anda şişirme
- 2- Sağ yanağı şişirme
- 3- Sol yanağı şişirme
- 4- Soldan sağa sağdan sola sürekli yanak şişirme
- 5- İki yanağı dişler arasında çekme
- 6- Dil ile sağ yanağı şişirme

## MİMİKLER



- 1- Hayret
- 2- Gülmek
- 3- Kızmak
- 4- Ciddi
- 5- Korku
- 6- Üzüntü
- 7- Uyku

## NEFES ALMA

- 1- Ağızda üfleme (Dudaklar kapalı durumda)
- 2- Burundan nefes alıp burundan verme
- 3- Burundan nefes alıp ağızdan verme
- 4- Ağızdan nefes alıp burundan verme
- 5- Pipet ile hava çekme
- 6- Burundan iki defa nefes alıp iki defa ağızdan verme
- 7- Ağızdan iki defa nefes alıp iki defa ağızdan verme
- 8- Kağıt,pamuk,pinpon topu vb bol nefes ile nesneyi üfleme (yakın-uzak mesafe)
- 9- Nefesli müzik aleti çalma
- 10- Balon şişirme
- 11- Islık çalma
- 12- Burun çekmek
- 13- Öksürmek
- 14- Horlama
- 15- Esnemek
- 16- İç çekmek



## ÇENE HAREKETLERİ

- 1- Ağzı(çeneler gergin) açmak- kapatmak
- 2- Alt çeneyi (ağız kapalı) sağa sola hareket ettirmek
- 3- Alt çeneyi (ağız açık) sağa sola hareket ettirmek
- 4- Soldan sağa sağdan sola sürekli yanakları şişirme
- 5- İki yanağını dişler arasına çekmek
- 6- Dil ile sağ yanağı şişirmek
- 7- Dil ile sol yanağı şişirme

## BURUN HAREKETLERİ

- 1- Burnu buruşturarak yukarı çekmek
- 2- Burun deliklerini açmak

## GIRTLAK HAREKETLERİ

- 1- Tükürerek yutkunma
- 2- Su yutma
- 3- Gargara yapma
- 4- Gırtlaktan öksürme (ses ayarlama)



<https://www.google.com/url?sa=i&url=http%3A%2F%2Fdilkon.com%2F&psig=AOvVaw1s-jfWY-MIsfbXz0k5HWacJ&ust=1623753323527000&source=images&cd=vfe&ved=0CAIQjRxqFwoTCJ-Cq2tT2lvECFQAAAAAdAAAAABAS>). Erişim Tarihi:14.06.2021

([https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.hareket.gen.tr%2Fdil-hareketleri.html&psig=AOvVaw2ja\\_Gtz78a\\_ux\\_aLsbVCQJ&ust=1623753602436000&source=images&cd=vfe&ved=0CAIQjRxqFwoTCPDMr9j3lvECFQAAAAAdAABAz](https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.hareket.gen.tr%2Fdil-hareketleri.html&psig=AOvVaw2ja_Gtz78a_ux_aLsbVCQJ&ust=1623753602436000&source=images&cd=vfe&ved=0CAIQjRxqFwoTCPDMr9j3lvECFQAAAAAdAABAz)). Erişim Tarihi:14.06.2021

([https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Far-ar.facebook.com%2Fdil-konmer%2Fposts%2F268734839990964%3A0&psig=AOvVaw2ja\\_Gtz78a\\_ux\\_aLsbVCQJ&ust=1623753602436000&source=images&cd=vfe&ved=0CAIQjRxqFwoTCPDMr9j3lvECFQAAAAAdAAAAABAt](https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Far-ar.facebook.com%2Fdil-konmer%2Fposts%2F268734839990964%3A0&psig=AOvVaw2ja_Gtz78a_ux_aLsbVCQJ&ust=1623753602436000&source=images&cd=vfe&ved=0CAIQjRxqFwoTCPDMr9j3lvECFQAAAAAdAAAAABAt)). Erişim Tarihi: 14.06.2021

(<https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Femineergun.com.tr%2Fmakaleler%2F231-dil-dudak-egzersizleri&psig=AOvVaw1s-jfWYMIIsfbXz0k5HWacJ&ust=1623753323527000&source=images&cd=vfe&ved=0CAIQjRxqFwoTCJ-Cq2tT2lvECFQAAAAAdAAAAABAv>). Erişim Tarihi:14.06.2021

([https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fonedio.com%2Fhaber%2Fher-gun-20-saniye-uyguladiginizda-yuzunuzdeki-kirisikliklari-90-azaltacak-yuz-egzersizleri-772520&psig=AOvVaw3kwPfgJXYrGu0fF\\_kbDluy&ust=1623753883656000&source=images&cd=vfe&ved=0CAIQjRxqFwoTCPDysd74lvECFQAAAAAdAAAAABAK](https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fonedio.com%2Fhaber%2Fher-gun-20-saniye-uyguladiginizda-yuzunuzdeki-kirisikliklari-90-azaltacak-yuz-egzersizleri-772520&psig=AOvVaw3kwPfgJXYrGu0fF_kbDluy&ust=1623753883656000&source=images&cd=vfe&ved=0CAIQjRxqFwoTCPDysd74lvECFQAAAAAdAAAAABAK)). Erişim Tarihi:14.06.2021

(<https://www.google.com/url?sa=i&url=http%3A%2F%2Fwww.egitimgezegeni.net%2Fbeden-dili-ve-mimikler%2F&psig=AOvVaw2kUwXuP1BxORJ0duFAouKB&ust=1623754044291000&source=images&cd=vfe&ved=0CAIQjRxqFwoTCKCBu6v5lvECFQAAAAAdAAAAABAD>