

Pierwszym ważnym ćwiczeniem, które w naturalny sposób usprawnia język, wargi, podniebienie i żuchwę jest Karmienie piersią. Picie z kubka, jedzenie łyżeczką oraz samodzielne żucie i gryzienie pokarmów dalej doskonala te funkcje. Oprócz tego przyczyniają się do wykształcenia prawidłowego zgryzu i nawyku połykania. Ważne jest zatem wczesne zrezygnowanie z butelek i smoczków.

Częste oczyszczanie nosa z wydzieliny ułatwi dziecku, tak ważne przy mówieniu, oddychanie przez nos, a nie przez usta. Jeśli infekcje z katarą pojawiają się często, warto znaleźć ich przyczynę konsultując się z lekarzem laryngologiem lub alergologiem.

Wrażliwość słuchową należy rozwijać poprzez śpiewanie piosenek, słuchanie spokojnej muzyki, zabawy z dźwiękami.

Wzbogacania słownictwa oraz doskonalenie umiejętności budowania zdań dziecko uczy się podczas rozmowy, słuchania bajek, wierszyków, wylizanek. Rozmowa jest najważniejsza, bowiem buduje więź emocjonalną między Rodzicami a Dzieckiem i rozwija kontakt.