



Usprawniamy język :

1. „Kto ma dłuższy język?” – wysuwamy język na brodę.
2. „Kto sięgnie wyżej?” – unosimy czubek języka w kierunku nosa.
3. „Wahadełko zegara” – dotykamy czubkiem języka kącików warg(na przemian).
4. „Oblizywanie warg” – oblizujemy wargi czubkiem języka (usta szeroko otwarte).
5. „Łyżeczka” – unosimy przednią część języka w taki sposób, aby jego czubek i boki tworzyły „łyżeczkę”.
6. „Zjeżdżalnia”- czubek języka układamy za dolnymi zębami, zaś tylna część języka unosi się do góry.
7. „Młynek” – oblizujemy ząbki na górze i na dole – buzia otwarta.
8. „Piłeczki” – zamykamy wargi i wypychamy językiem wewnętrzną stronę policzków.
9. „Malowanie buzi” – język naśladuje ruchy malarza – maluje sufit (podniebienie) oraz ściany, czyli wewnętrzną stronę policzków.
10. „Czyszczenie zębów” – „czyścimy” językiem zewnętrzną i wewnętrzną powierzchnię zębów (dolnych i górnych).
11. „Powitanie” – czubek języka „wita” się z każdym zębkiem, dotykając ich po kolei na górze i na dole (buzia otwarta).
12. „Winda” – sięganie językiem za górne zęby, następnie opuszczanie języka za dolne zęby – buzia otwarta.
13. „Słoń” – sięganie językiem do ostatnich ząbków na górze (z jednej i z drugiej strony); a następnie do najdalszych ząbków na dole – z jednej i drugiej strony.

Usprawniamy wargi :

1. „Całuski” – posyłamy „całuski” do swojego odbicia w lustrze (wargi ułożone w tzw. „dzióbek).
2. „Okienko „- układamy wargi w kształt koła (zęby „zamknięte” i widoczne).
3. „Uśmiech – dzióbek” – rozciągamy usta, jak przy artykulacji samogłoski „i”, a następnie ściągamy je, jak przy artykulacji głoski „u” (ćwiczenie powtarzamy kilkakrotnie).
4. „Nakładanie warg” - nakładamy na przemian dolną wargę na górną i górną na dolną.

5. „Masaż warg”- dolne zęby masują (lekko nagryzają) górną wargę, a następnie górne zęby masują dolną wargę.
6. „Wesołe i smutne minki”- naśladujemy na przemian wesołe i smutne miny.
7. „Małpka” – „wypychamy” językiem dolną wargę.
8. „Królik” – wargi ułożone w tzw. dzióbek kierujemy na przemian do lewego i prawego kąca ust.
9. „Zabawa w konika” – naśladujemy odgłosy wydawane przez konia, np. parskanie, kląskanie.
10. „Balonik” – „nadymamy” policzki i wypuszczamy powietrze z buzi poprzez „przekłucie balonika”