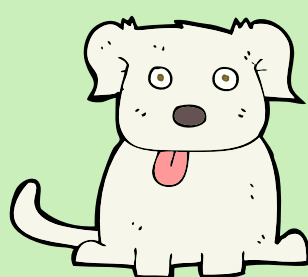


GIMNASTYKA BUZI I JĘZYKA



ĆWICZENIA WARG

- "Pajacyki" - naśladowanie min wesołego i smutnego pajacyka;
- „Parskanie” - naśladowanie odgłosu zmęczonego konika, lub warkotu samochodu;
- „Wąsy” - utrzymywanie słomki lub kredki między nosem a górną wargą.



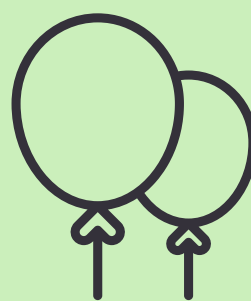
ĆWICZENIA JĘZYKA

- „Zziajany piesek” - wysuwanie języka daleko na brodę;
- "Kotek" oblizywanie warg, mlaskanie, naśladowanie ruchu picia mleka z miseczki;
- „Dentysta” - sprawdzanie językiem, czy w ząbkach nie ma dziur.



ĆWICZENIA PODNIĘBIENIA MIĘKKIEGO

- ziewanie z opuszczoną nisko dolną szczęką;
- kaszel z wysuniętym na zewnątrz językiem;
- płukanie gardła ciepłą wodą tzw. gulgotanie.



ĆWICZENIA POLICZKÓW

- "Balonik" - nabieranie powietrza w usta i zatrzymanie w jamie ustnej;
- Nabieranie powietrza w usta, przesuwanie powietrza z jednego policzka do drugiego na zmianę.



ĆWICZENIA ODDECHOWE

- „Chłodzenie zupy” - ręce złożone na kształt głębokiego talerza, wciąganie powietrza nosem, a wydmuchiwanie buzią;
- „Chuchanie na zamrożniętą szybę” – wciąganie powietrza nosem a następnie chuchanie jak najdłużej tak, by zaparowała;
- „Mecz ping – ponga” – siedzenie po przeciwnych stronach stolika i dmuchanie na piłeczkę tak aby nie spadła na podłogę.

przygotowała

MONIKA ROŻEK - MARCINIAK