

# ĆWICZENIA JĘZYKA

J

Oblizywanie warg.

J

Jak najdalej wysuń do przodu język i schowaj go szybko do buzi niczym kameleon.

J

Wyobrażamy sobie, że nasze podniebienie jest sufitem, a język pędzlem. Malujemy cały sufit, zaczynając od wałka dziąsłowego i przesuując go ku podniebieniu miękkiemu.

J

Płaskie układanie języka na dnie jamy ustnej, opuszczanie i podnoszenie żuchwy.

J

Dotykanie językiem wargi górnej i dolnej.

J

Kłaskanie, mlaskanie.

J

Narysuj na podniebieniu 3 kwiatki.

J

Wypychanie językiem policzków.

J

Układanie języka w rulonik.

J

Wymawianie "l" bez poruszania brodą.

J

Kierowanie języka do kącików ust (bez dotykania warg).

J

Szeroko otwieraj i zamykaj usta, z językiem cały czas przyklejonym do podniebienia.

J

Spróbuj dotknąć językiem nosa.

J

"Umyj" językiem wszystkie zęby.