

## Ćwiczenia warg

Ćwiczenia powinny być wykonywane dokładnie i powoli przed lustrem, i powtórzone co najmniej 5 razy.

1. Powtarzaj w różnych układach samogłoski – zabawy „samogłosek”:

a- o , a-o-u, u-e-i, itd....

2. Naśladuj:

-karetkę pogotowia e-o, e-o...

-samochód policyjny i-o, i-o....

-straż pożarną a-o, a-o...

3. „Rybie minki” – jak przy wymawianiu o-u, bez wydawania głosu

4. Cmokaj – wysyłaj buziaki

5. Parskaj – „zmęczony koń”

6. Chwytaj dolnymi zębami górną wargę i odwrotnie – „masaż”

7. Nadymaj policzki, usta ściągnięte – „baloniki, które pękają”

8. Usta wciągaj w głąb jamy ustnej – „usta zaglądną do brzuszka”

9. „Cukiereczki” – chwytaj ustami drobnych cukierków leżących na talerzyku.

10. Rozciągaj wargi z jednoczesnym pokazaniem zębów – „uśmiech do słońka”

11. Układaj wargi na kształt koła – zęby „zamknięte” i widoczne – „czyje kółko jest ładniejsze”

12. „Dziwne minki” – przesuwaj wargi w prawo i w lewo.

### Zabawy:

1. Spróbuj utrzymać słomkę lub patyczek ustami. Powietrze wdychaj i wydychaj kącikami ust. Aby nie oddychać przez nos, należy zacisnąć nozdrza.
2. Postaraj się zdmuchnąć płomyk świecy stopniowo zwiększając odległość od świecy.
3. Wydmuchaj bańki mydlane przez słomkę.
4. Spróbuj nadmuchać balonik.
5. Ułóż przed sobą na stole kłębuszek waty, wełny, papieru i postaraj się go zdmuchnąć ze stołu.
6. Graj na gwizdku, trąbce, organkach ulubione melodie.