

## LOGOPEDIA- ćwiczenia języka, warg i policzków

Ćwiczymy przed lustrem, usta otwarte 😊

1. Język do góry na podniebienie twarde i trzymamy nieruchomo.
2. To samo i pukamy w podniebienie.
3. Język do góry i „malujemy” podniebienie, od zębów do podniebienia miękkiego.
4. Udajemy ssanie cukierka
5. Smarujemy podniebienie czymś słodkim i zlizujemy językiem
6. Kląskanie
7. Gwizdanie
8. Prychanie
9. Napętniamy policzki powietrzem ( balonik ) i uderzamy dłońmi w policzki „przebijając” balonik
10. To samo ale powietrze wypuszczamy ustami bardzo wolno
11. Napętniamy powietrzem lewy policzek, a potem prawy policzek „chory ząbek”
12. Wprowadzamy powietrze pod górną wargę
13. Wprowadzamy powietrze pod dolną wargę
14. Wciągamy policzki jednocześnie „chuda buzia”

Każde ćwiczenie powtarzamy kilka razy.

Wasz logopeda.

