

Gimnastyka buzi i języka

– propozycja zabawy z rodzicami usprawniającej narządy mowy z wykorzystaniem wiersza Grażyny Wasilewicz „Gimnastyka”

Wstawać leniuszki!

Gwiżdżemy.

Podnieście głowy znad poduszki!

I ruszajcie swe kosteczki!

Najpierw skaczemy jak piłeczki,

Kroki do przodu, do tyłu kroki.

I znów powtórzymy zwinne podskoki.
górną

Zróbmy skłon w lewo oraz skłon w prawo,

Biegniemy w koło rześko i żwawo,
Skaczemy lekko jak po kamyczkach,

Szybko chowamy się w policzkach.

Ręce czują się pokrzywdzone:

„My także chcemy być spocone”.

Więc naśladują lot sokoła,

A teraz robią duże koła.

Kołyszą się jak drzewa, jak trawa

I biją z przodu i z tyłu brawa.

A na sam koniec zrobimy śmieszny minę.

*Naprzemiennie dotykamy czubkiem języka
dziąseł górnych i dolnych.*

*Wysuwamy język jak najdalej z jamy ustnej
i z powrotem wsuwamy.*

*Naprzemiennie dotykamy czubkiem języka
i dolnej wargi, mając szeroko otwarte usta.*

*Dotykamy czubkiem języka ostatnich dolnych
zębów z prawej i lewej strony.*

Oblizujemy zęby, mając szeroko otwarte usta.

*Dotykamy czubkiem języka różnych miejsc na
podniebieniu.*

Wypychamy językiem policzki.

Naśladujemy rękoma lot ptaka

Krążymy rękoma.

Kołysujemy rękoma nad głową,

Potem przy kolanach lub stopach.

Klaszczemy przed sobą i za sobą.

Wykonujemy dowolną, zabawną minę.

Zabawę można powtarzać każdego dnia – a w ten sposób doskonalić aparat artykulacyjny swoich dzieci. Zachęcam do wspólnego wykonywania ćwiczeń.

Z pozdrowieniami

Edyta Bernaś

