

Czerwiec

Gimnastyka buzi i języka

Ćwiczenia artykulacyjne

Gimnastyka Szymona

Każdego ranka Szymon się gimnastykuje. Rozciąga mięśnie [*wysuwamy z ust szeroki i wąski język*], podskakuje obunóż [*rytmicznie poruszamy przednią częścią języka pomiędzy górnym i dolnym wałkiem dziąsłowym przy otwartych szeroko ustach*] i wykonuje skłony [*wysuwamy szeroki język w kierunku brody*]. Zmęczony ćwiczeniami ociera pot z czoła [*przesuwamy przednią częścią języka po górnym łuku zębowym*] i ciężko oddycha [*wdychamy i wydychamy powietrze ustami z językiem ułożonym na dnie jamy ustnej za zębami dolnymi*]. Jest jednak bardzo z siebie zadowolony [*rozciągamy usta do uśmiechu*] i pogwizduje radośnie [*gwizdzemy*]. Zdziwiony [*układamy usta w dziobek*] zauważył, że zrobiło się późno i czas wyjść z domu. Jutro rano znów będzie ćwiczył.