

Marzec – II tydzień

## **Gimnastyka Buzi i języka**

Ćwiczenia pionizujące język wzmacniające mięśnie artykulacyjne

**Winda** – otwieramy szeroko buzię, poruszamy językiem tak, jakby był windą – raz do góry, raz do dołu.

**Karuzela** – dzieci bardzo lubią się kręcić wkoło, nasze języki także. Wkładamy język między wargi, a dziąsła i zakręcimy raz w prawą, raz w lewą stronę.

**Chomik** – wypychamy policzki jedzeniem, a ty pokażmy jak można wypchnąć policzki językiem, raz z prawej raz z lewej strony.

**Malarz** – malujemy sufit dużym pędzlem. Pomalujmy pędzlem (językiem) swoje podniebienia, zaczynając od zębów w stronę gardła.

**Młotek** – wbijamy gwoździe w ścianę. Spróbujmy zamienić język w młotek i uderzamy o dziąsła tuż za górnymi zębami, naśladując wbijanie gwoździa.

**Żyrafa** – ma długą szyję, wyciąga mocno szyję do góry. Otwieramy szeroko usta i próbujemy wyciągnąć język do góry, najdalej jak potrafimy.

**Słoń** – ma długą trąbę i potrafi wszędzie sięgnąć. Ciekawe czy potrafimy dosięgnąć językiem do ostatniego zęba na górze i na dole, z prawej i lewej strony.