

Gimnastyka buzi i języka

ćwiczenia usprawniające pracę aparatu artykulacyjnego

„ŚWIĘTY MIKOŁAJ”

Kiedy zbliżają się święta, Mikołaj ma zawsze dużo pracy.

Odkurza worki na prezenty (*otwieramy szeroko buzie, oblizujemy czubkiem języka podniebienie, a także wewnętrzne powierzchnie lewego i prawego policzka*),

liczy upominki, aby nie zabrakło dla żadnego dziecka (*dotykamy czubkiem języka każdego ząbka – na górze i na dole*),
a także sprawdza czy kopyta reniferów są dobrze podkute i gotowe do drogi (*klaskamy językiem*).

Gdy Mikołaj już to zrobi, wygląda przez okno (*dwukrotnie wysuwamy szeroki język na zewnątrz buzi*) i sprawdza jaka jest pogoda na dworze.

Oj! Jest bardzo zimno (*brrr – parskamy językiem, prrr – parskamy wargami*),
na niebie setki pięknych gwiazd (*dotykamy czubkiem języka podniebienia*),

a na ziemię spadają wielkie płatki śniegu (*czubkiem języka dotykamy za dolnymi zębami*).

Mikołaj wychodzi z workiem pełnym prezentów (*wysuwamy szeroki język na zewnątrz buzi*),

wsiada do sań (*cofamy szeroki język do buzi*)

i wyrusza w długą podróż (*klaskamy językiem*).

Już słysząc dzwonki sań (*dzyń-dzyń.....*)

i wesoły śmiech Mikołaja (*ho-ho-ho....., ha-ha-ha....*),

który zjeżdża przez komin (*przesuwamy czubkiem języka po podniebieniu ruchem od przodu do tyłu*) aby zostawić prezenty pod choinką.

Nieraz uda mu się spróbować pysznego ciasta świątecznego (*żujemy*)

i jest ono tak pyszne, że Mikołaj zjada okruszki, które zostały mu na ustach (*oblizujemy wargi*)

i na brodzie (*wysuwamy język na brodę*).

Potem rusza w dalszą drogę (*klaskamy językiem*).

Do zobaczenia za rok Święty Mikołaju! (*przesyłamy całuski*).