

## Ćwiczenia oddechowe:

- zdmuchiwanie kawałka papieru z gładkiej powierzchni,
- zdmuchiwanie kawałka papieru za pomocą słomki z chropowatej powierzchni,
- przenoszenie słomką styropianu,
- dmuchanie przez słomkę na kulki styropianu umieszczone w kubeczku,
- dmuchanie na piórko, piłeczkę ping-pongową, waciki, kawałki papieru,
- dmuchanie wacików ustawionych w szeregu – wyścigi samochodów,
- dmuchanie na watki obiema dziurkami nosa, a następnie przytykanie na przemian jednej z dziurek nosa,
- chuchanie na „zmarznięte ręce” oraz „gorącą zupę”,
- wężanie kwiatków, napojów,
- dmuchanie na wiszące na sznurkach watki, piórka, kokardki,
- dmuchanie na wiatraczek,
- dmuchanie na zapaloną świeczkę tak, aby płomień nie zgasł, tylko wygiął się,
- pompowanie baloników,
- gwizdanie,
- puszczenie baniek mydlanych,
- dmuchanie do naczynia z wodą przez rurkę,
- rozdmuchiwanie wacików.
- wdychamy powietrze nosem , przy zamkniętej buzi a wydychamy buzią dmuchając na różnego rodzaju przedmioty

## Ćwiczenia warg

- robimy minki gdy jesteśmy: weseli płaskie wargi rozciągnięte od ucha do ucha,
- uśmiech szeroki,
- smutni robimy podkówkę z warg,
- obrażeni wargi nadęte,
- zdenerwowani wargi wąskie.
- Całuski przesyłanie całusków wargi wysunięte do przodu, cmokanie.
- Rybka pokazujemy jaki pyszczek ma rybka, wysuwamy wargi do przodu i rozszerzamy na końcu.
- Zły pies naśladujemy złego psa unosimy górną wargę, pokazujemy zęby.

- warczenie psa.
- Gorąca zupa pokazanie jak chłodzimy wargami zupę.

## Ćwiczenia języka

- Łyzeczka unoszenie przodów i boków języka,
- Łopatka wysuwanie płaskiego i szerokiego języka, itp.
- Koniki czubek języka uderza o podniebienie i opada na dół. Raz konik idzie wolno, to biegnie, parska, śmieje się iha ha  
Śniadanko misia miś starannie oblizuje wargi przy otwartych ustach wargi smarujemy miodem, czekoladą, bitą śmietaną.
- Ssanie cukierków.
- Żabka dziecko ma z talerzyka zebrać płatki kukurydziane posługując się tylko czubkiem języka.
- „Mały ptaszek uczy się śpiewać” – powtarzanie sylab szeptem, a następnie głośno:  
la, la, la, trla,  
lo, lo, lo, trlo,  
lu, lu, lu, trlu,  
le, le, le, trle,  
ly, ly, ly, trly,  
li, li, li, trli. yciągnąć długi język - taki jak ma żaba, wąż.
- Masażysta czubek języka będzie masował delikatnie podniebienie (wcześniej trzeba dziecku wytłumaczyć i pokazać gdzie jest podniebienie), dotyka dziąseł na górze i dole, masuje wargi, język masuje od środka policzki (raz prawe, lewe), próbuje rysować kreseczki, kółeczka.
- Wyrazy dźwiękonaśladowcze – naśladowanie odgłosów zaczynając od szeptu:  
gra na trąbce – tra ta ta, tru tu tu, tre te te, (bardzo ważne by język nie wyuwał się na zewnątrz jamy ustnej, mówimy delikatnie zaciskając usta)  
groźny pies – wrr, wrr, wrr,  
traktor – tur tur tur, tyr tyr tyr, pyr pyr pyr,  
fruwające ptaki – fru, fru, fru,  
ćwierkające wróble – ćwir, ćwir, ćwir,  
świnka – chrum, chrum,  
zatrzymanie konia – pr, pr,  
śpioch – chr, chr, chr,  
dzwonek – dryń, dryń,  
szorowanie zębów – szuru, szuru,  
zapalanie światła – pstryk,  
pękający balonik – trach,  
wrona – kra, kra,  
samochód – brum, brum.  
wąż- ssssssssssss (zęby zaciśnięte, usta ułożone w uśmiech)
- Różnicowanie głosek "s", "z". Do wykorzystania potrzebny jest obrazek przedstawiający muchę i węża. Uwagę dziecka koncentrujemy na dźwiękach wydawanych przez węża (sssssssssssss) i muchę (zzzzzzzzzz).

## Ćwiczenia podniebienia

Zabawa języczek wędrowniczek:

- Chory Tomek który bardzo źle się czuł i zachorował. Chłopiec był kapryśny, nie chciał jeść, był senny i bardzo **kaszał (naśladowanie ziewania przy nisko opuszczonej szczęce dolnej, kaszel z językiem daleko wysuniętym do przodu)**. Mamusia wezwała pogotowie (**eo, eo, au, au,**). Przyjechała pani doktor i zaleciła Tomkowi płukanie gardła, połykanie pastylek, picie syropu (naśladowanie tych czynności) oraz inhalacje (**zaciskanie na przemian dziurki nosa i oddychanie wolno**). Chłopiec bardzo zmęczony, ziewa i zasypia. Podczas spania chrapie (**na wdechu i wydechu**) itd.
- Nadmuchiwanie baloników.
- Puszczanie baniek mydlanych kto więcej puści baniek?, komu uda się zrobić największą?
- Echo powtarzanie sylab: ka, ko, ke, ku, ak, ok., oke, uku, oko, ga, go, ge, gu, aga, ogo, ege, ugu

## Ćwiczenia szczęki dolnej

Naśladowanie otwierania szeroko buzi jak podczas ziewania.

- Wąchanie kwiatów duży wdech nosem i wydech ustami z jednoczesnym wymawianiem głoski aa (jako zachwyt), oo (zdziwienie).
- Chwytywanie górnej wargi dolnymi zębami.
- Opuszczanie i unoszenia dolnej szczęki.
- Wymawianie szerokiego a i przechodzenie do wymawiania a połączonego z głoską s.
- Zabawa w "Misie", które budzą się na wiosnę. Proponujemy pozycję leżącą:
  - Misie śpią, oddychają nosem.
  - Misie budzą się, ziewają.
  - Misie wdychają powietrze ustami, zamykają usta i mruczą - mmm, mm, m.