

WTOREK:

Ćwiczenia warg:

- Pokazujemy uśmiechnięte usta – wargi rozciągamy w uśmiechu;
- Pokazujemy smutne usta – wargi wyginamy w podkówki;
- „Żabka” – odsłaniamy zbliżone do siebie zęby rozciągając wargi w uśmiechu; następnie wracamy do układu wyjściowego, zamykamy wargi;
- „karetka pogotowia jadąca na sygnale” – wymawiamy bardzo dokładnie na przemian samogłoski: e-o.
- „Pyszczyk rybki w wodzie” – zęby złączone, wargi zaokrąglone i lekko wysunięte do przodu, zamykają się i otwierają;
- „Całusek” – ściągamy usta i wysuwamy je do przodu;
- Naśladowanie odgłosu wymyślonego pojazdu – wymawiamy bardzo dokładnie na przemian samogłoski: i-u;
- Gimnastyka buzi – na zmianę pokazujemy uśmiech i „pyszczyk rybki” (wargi zaokrąglone) przy złączonych zębach;
- „Rybka w wodzie” – zęby złączone, kąciki warg zaciśnięte, na przemian zamykamy i rozchylamy wargi;
- „Uśmiechnięty Jaś” – wargi rozciągamy na boki;
- „Smutny Jaś” – wargi wyginamy w podkówki;
- Naśladowanie odgłosu karetki na sygnale – wymawiamy bardzo dokładnie na przemian samogłoski: e-o;
- Naśladowanie odgłosów parskania konika – energiczne wypuszczanie powietrza przez luźną, wysuniętą do przodu wargi;
- Cmokanie językiem tzw. „buziaczki”
- Cmokanie z ustami ułożonymi płasko;
- Nadmuchiwanie policzków tzw. „baloniki”;
- Przepychanie powietrza wewnątrz jamy ustnej (z jednego policzka do drugiego);
- Utrzymywanie samymi wargami słomki i rysowanie nimi w powietrzu np. koła, kwadratu, trójkąta, ósemki itd.;
- Picie napojów przez słomkę;
- Masaż warg zębami na przemian wargi górnej i dolnej.