**Ćwiczenia motoryki narządów artykulacyjnych**

* wykonuj ćwiczenia przed lustrem, masz wtedy lepszą kontrolę swoich ruchów,
* ćwicz codziennie, systematycznie, nie spiesząc się,
* każde zadanie wykonuj starannie,
* wybieraj te ćwiczenia z każdej grupy, które są dla ciebie najłatwiejsze, stopniowo przechodź do trudniejszych,
* ćwicz wielokrotnie w ciągu dnia, wykonując po kilka ćwiczeń.

**Ćwiczenia języka**

- Wysuń język z jamy ustnej w linii prostej do przodu- język wąski i język szeroki.

- Ułóż język na dolnej wardze- język szeroki, boki dotykają kącików ust.

- Ułóż język na dnie jamy ustnej – czubek języka przylega do wewnętrznej powierzchni zębów dolnych.

- „ Umyj” czubkiem języka wewnętrzną powierzchnię zębów dolnych.

- „ Policz „ czubkiem języka zęby dolne- język dotyka powierzchni wewnętrznej każdego zęba.

- Wypchnij językiem dolne zęby.

- Ułóż język w rynienkę- język wysunięty.

**Ćwiczenia szczęki dolnej**

- Opuść i unieś szczękę dolną.

- Przesuń szczękę dolną w płaszczyźnie poziomej- w prawo i w lewo.

- Przy rozchylonych wargach , wysuń i cofnij dolną szczękę.

**Ćwiczenia warg**

- Nałóż wargę górną na dolną i odwrotnie.

- Ściągnij wargi – jak przy wymowie głoski –u- następnie rozciągnij je – jak przy wymowie – i -.

- Rozciągnij usta jak przy uśmiechu, utrzymaj tę pozycję przez chwilę .

- Przy złączonych zębach , cofaj na przemian prawy i lewy kącik ust.

- Otwórz i zamknij usta- kąciki ust cofnięte , wargi przylegają do zębów.

**Ćwiczenia oddechowe**

( Podczas wykonywania ćwiczeń usta ułóż jak przy uśmiechu).

- Przy nałożonej wardze górnej na wargę dolną, mocno dmuchnij na brodę.

- Ułóż na dolnej wardze szeroki język , lekko wysuń do przodu i dmuchnij przez jego środek.

**Odgadnij i wpisz rozwiązania zagadek, wykorzystując podane litery.**

Na grządce posiana, Myszka lubi bardzo

Zielona zrywana, ty lubisz go też

Przez ludzi, zajączki chętnie zjadana. Choć dziurek ma wiele,

**Ł a s t a a** ze smakiem go zjesz.

**e s r**

Choć drzew w nim dużo, Ma wąsy długie, choć jest rybą.

To nie jest lasem. Łowi go chętnie na wędkę rybak.

Zrywasz w nim jabłka **s m u**

I gruszki czasem.

**a s d**

Latem schowane odpoczywają. Piękna , płochliwa w lesie przebywa.

Zimą po wesoło po śniegu z górki zjeżdżają. Smukłe ma nóżki , na s się nazywa.

**k i n a s n a r s a**

Kiedy biegasz cały dzień, Jaki ptak woła:

Wieczorem cię zmorzy …….. „ Hu, hu” po lesie,

**n e s** aż echo niesie ?

**w s a o**

**W każdym z podanych wyrazów ukrył się inny. Znajdź go , podkreśl i przeczytaj.**

Osad

kosa basen ananasy

Losy deser piosenka

Bernadeta Aszklar