

## ĆWICZENIA PIONIZOWANIA JĘZYKA

Przy wykonywaniu tych ćwiczeń należy pamiętać o tym, żeby pracował sam język ( żuchwa, wargi i policzki są lekko napięte i nieruchome).

1. Liczymy ząbki – czubkiem języka dotykamy każdy ząbek na górze,
2. Oblizujemy wargi językiem dookoła, najpierw w prawą stronę, potem w lewą,
3. Wysuwamy języczek jak najdalej na brodę, a następnie unosimy do góry i czubkiem dotykamy górnej wargi,
4. Stawiamy kropeczki na podniebieniu -czubkiem języka dotykamy podniebienia w różnych miejscach,
5. Malujemy sufit – od wałeczka dziąsłowego w stronę gardła i z powrotem przesuwamy język po podniebieniu, nie odrywając go.
6. Czubek języka uderza o wałek dziąsłowy (o zgrubienie tuż za górnymi ząbkami) i głośno powtarzamy:
- 7.

|||||

Lalalalalalalala

Lolololololololo

Lelelelelelelelele

Lululululululululu

Lylylylylylylylylyly

Ttttttttttttttttttt

Tatatatatatatata

Tototototototototo

Tetetetetetetetete

Tututututututututu

Tytytytytytytytyty

Ddddddddddddddd

Dadadadadadadada

Dododododododododo

Dededededededede

Dudududududududu

Dydydydydydydydy

Atd add atd add atd add atd add

Otd odd otd odd otd odd otd odd otd odd  
Etd edd etd edd etd edd etd edd etd edd  
Utd udd utd udd utd udd utd udd utd udd  
Ytd ydd ytd ydd ytd ydd ytd ydd ytd ydd

Bda bdo bde bdu bdy – powtórzyć 5 razy  
Pta pto pte ptu pty – powtórzyć 5 razy

## MIŁYCH ĆWICZEŃ.

Opracowała: Ewa Winiarek