

# ĆWICZENIA BUZI I JĘZYKA Z ROBACZKIEM

START



META



## CO JEST POTRZEBNE DO GRY?

– kostka, pionki (guziki, figurki, małe klocki), lusterko

ZA KAŻDYM RAZEM, GDY PIONEK STANIE NA POLU:



, 5 RAZY WYKONAJ JEDNO ĆWICZENIE:

1. Przesyć całuski.
2. Na zmianę: przesyć całuski i uśmiechaj się, tak by nie było widać zębów.
3. Spróbuj, bez odwracania głowy, przesycić całuski na boki – w stronę lewego i prawego ucha.
4. Na zmianę: uśmiechaj się i naśladuj ryjek świnki, tak aby zęby były widoczne.
5. Dotknij językiem ostatniego zęba na górze po jednej, a potem po drugiej stronie. Naśladuj językiem mycie górnych zębów od wewnątrz.
6. Wypychaj policzki językiem – raz po jednej, raz po drugiej stronie, na zmianę.
7. Na zmianę napętniaj policzki powietrzem (policzki wypukłe) i zasysaj policzki do środka (policzki wklęsłe) – pamiętasz? To zabawa „Gruby miś i chory zajaczek”



8. Naśladuj matpkę – wypychaj językiem raz górną, raz dolną wargę. Pilnuj, aby wargi nie otwierały się.
9. Twój język to pędzel – pomyśl o jakimś kolorze i „pomaluj” językiem podniebienie.
10. Naśladuj kląskanie jak konik.
11. Kląskaj jak konik, bardzo wolno, spróbuj zassać język do podniebienia i utrzymać go w tym miejscu przez 5 sekund.
12. Otwórz usta i zassij język wysoko na podniebieniu. Teraz na zmianę otwieraj i zamykaj usta i zęby – czy Twój język jest wysoko?
13. Teraz czas na kilka przysiadów. Stań wygodnie i utóż język na górze (tak jak przy zasysaniu), zrób 5 przysiadów. Pilnuj, by język w czasie tego ćwiczenia był cały czas na górze.

POLICZ SYLABY W NAZWACH OBRAZKÓW.  
WPISZ LICZBĘ SYLAB W WYKROPKOWANE POLA.

