



**ĆWICZENIA  
ODDECHOWE I ARTYKULACYJNE CZYLI: GIMNASTYKA  
DLA BUZI I JĘZYKA.**



ĆWICZENIA ODDECHOWE Z UŻYCIEM REKWIZYTÓW:

- Dmuchanie baniek mydlanych.
- Dmuchanie na piórka
- zdmuchiwanie z dłoni, stołu,
- dmuchanie w powietrze,

- dmuchanie na piórka zawieszane na sznurku.
- Dmuchanie piłeczki ping-pongowej:
- zdmuchiwanie ze stołu
- mecz piłki ping-pongowej- dmuchanie do bramki przeciwnika.
- Dmuchanie na wiatraczek.
- Pompowanie baloników.
- Gwizdanie (ustami, przez gwizdek).
- Dmuchanie przez słomkę:
- zdmuchiwanie kawałka papieru, wacika, styropianu np.

wyścigi samochodowe - dmuchanie na kilka ustawionych w rzędzie np. kawałków papieru,

- przenoszenie kawałka papieru (pocięte różnokolorowe kwadraty – segregowanie), wacika, styropianu, chrupek, płatków śniadaniowych np. z miseczki do miseczki,

- dmuchanie w naczynie wypełnione wodą (może być z płynem do kąpieli).

- Chuchanie na zmarznięte ręce, gorącą zupę.

- Zdmuchiwanie płomienia świecy.

- Śpiący miś - połóż na brzuchu swoją ulubioną maskotkę,

wciągnij powietrze przez nos, tak by maskotka unosiła się na twoim brzuchu. Potem zaśpiewaj mu kołysankę „aaa...aaa...aaa”.

- Rysujemy - możemy narysować tort i zdmuchiwać świeczki, rysujemy żaglówki i dmuchamy na żagle (można zrobić z papieru żaglówki i puszczać na wodzie).

- Zabawa w wiatr – wykonujemy ptaszki, motylki, listki

na sznurkach i dmuchamy na nie raz lekko, a raz mocno, długo i krótko, z daleka albo bliska.

## ĆWICZENIA JĘZYKAZ UŻYCIEM BAJKI LOGOPEDYCZNEJ:

### **„Pan język na spacerze”**

Idzie sobie pan Język przez las i spogląda w górę gdzie pięknie świeci słońce (unosimy język w górę do podniebienia i przesuwamy nim po podniebieniu to w przód to w tył.). Pogoda była bardzo sprzyjająca i pan Język w podskokach (klaskamy wielokrotnie) przemierzał leśną ścieżkę. Nagle słońce zakryło się chmurami, a z chmur zaczął kapać drobny deszcz. Pan Język nieśmiało wychylił się aby zobaczyć co się dzieje? (wysuwamy język z buzi w prawy kącik ust, następnie w lewy), rozejrzał się dookoła (oblizujemy wargi wkoło). Zrozumiał, że jego spacer już dobiegał końca. Jeszcze kilka razy wyglądał czy nadal pada, a następnie chował się przed deszczem, (przez zaciśnięte wargi wysuwamy i chowamy język), następnie w podskokach (klaskamy) pobiegł do domu aby się schronić. Teraz wygodnie ułożył się na kanapie i odpoczywał (język cały czas trzymamy u góry). Gdy chmury znikną i pojawi się słońce będzie mógł znów wybrać się na spacer.

## ĆWICZENIA BUZI NA WESOŁO:

1. Stroimy śmieszne miny przed lustrem:

- naprzemienny „dzióbek” – uśmiech (bocian-żaba),

- wibrujące wargi ( jedziemy na motorze),
- cmokanie, posyłanie całusków,
- nadymanie policzków a następnie stopniowe uwalnianie powietrza (balonik),
- masaż warg zębami – zagryzanie naprzemiennie górnej i dolnej wargi.

## 2. Naśladujemy zwierzątka:

- konik – kłaskanie językiem,
- kotek – oblizujemy się jak mały kotek po wypiciu mleka,
- bocian – witamy wiosnę powtarzając jak bocian kle, kle kle,
- żabka – kum, kum ,kum,
- sowa – hu, hu,hu,
- krowa – mu, mu, mu,
- kurka – ko, ko, ko,
- indyk - gul, gul, gul,
- kotek – miauu, miauu, miauu,
- piesek – hau, hau, hau, itd.
- Odgłosy pojazdów:
- straż pożarna (u-i, u-i)
- policja (e-o,e-o)
- pogotowie (u-a, u-a)
- pociąg (puf,puf)