

# ĆWICZENIA WARG



- **Masaż warg.** Chwyć górną wargę dolną wargą i pomasuj ją. Teraz odwrotnie, dolną wargą chwyć wargę górną i pomasuj ją. Powtórz zabawę dwa razy.
- **Grymasy.** Zbliź do siebie zęby, lecz ich nie zaciskaj. Ściągnij i rozciągnij wargi na przemian. Powtórz ćwiczenie trzy razy.
- **Jedzie pogotowie ratunkowe.** Wymawiaj samogłoski [o] – [e] na jednym wydechu. Wargi przy wymowie [o] są okrągłe, a przy [e] płaskie.
- **Kółeczka.** Zamknij zęby i nie rozchylaj ich. Wargi ułóż w kształt kółeczka. Powtórz trzy razy.
- **Grymasy.** Zbliź do siebie wargi w naturalny sposób. Przesuń kąćki ust w prawo i lewo na zmianę. Powtórz trzy razy.

- **Parska koń.** Rozluźnij płasko leżące wargi. Wydechaj strumień powietrza, parsknij wprawiając w drgania wargi.
- **Ryjek.** Ułóż wargi w ryjek, to znaczy ścięgnij usta i wysuń je do przodu. Łatwe, prawda? Powtórz zabawę.
- **Straż pożarna.** Wymawiaj na jednym wydechu samogłoski: [a] – [i]. Wargi podczas wymawiania [a] są zaokrąglone, podczas wymawiania [i] są spłaszczone.
- **Gruby – chudy.** Zamknij usta. Nabierz dużo powietrza nosem i wtłocz je w policzki – gruby. Następnie nie rozchylając ust, wciągnij powietrze i policzki – chudy. Powtórz zabawę trzy razy.
- **Rybka.** Zaokrąglij lekko wargi. Teraz powoli otwieraj i zamykaj zaokrąglone wargi jak rybka podczas łapania powietrza.

