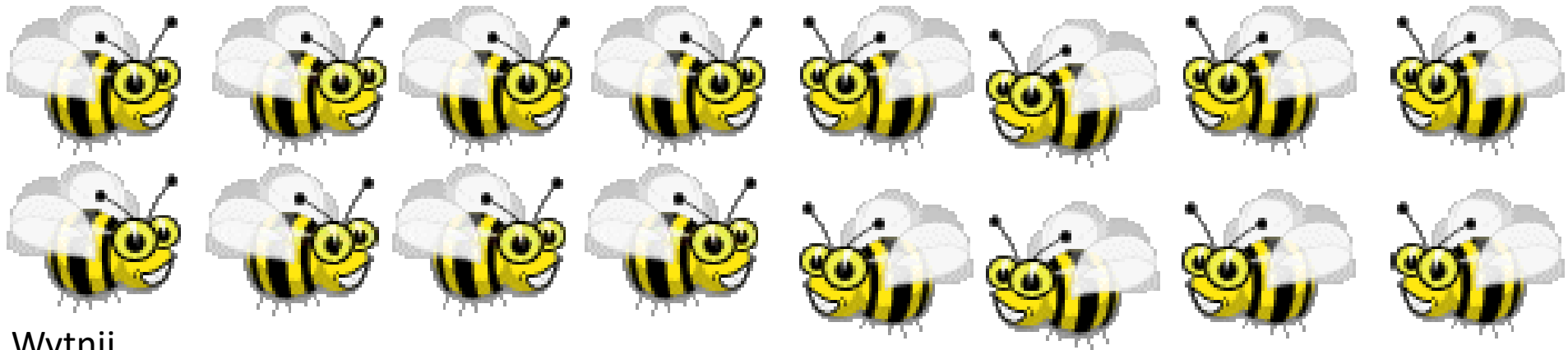




Kubuś przed osami ucieka,
miodek z garnka mu wycieka.



Wytnij

Ćwiczenia oddechowe – wytnij pszczołki i przenieś za pomocą słomki na planszę.

Przykłady ćwiczeń (według stopnia trudności):

1) wysuwanie języka na zewnątrz i cofanie w głąb jamy ustnej; język wykonuje poziome ruchy ze skrajnej pozycji przedniej do skrajnej tylnej; w pozycji przedniej jest wydłużony i zaostroszony (nie dotyka warg), w pozycji tylnej — masa języka jest maksymalnie skrócona;

2) przy opuszczonej żuchwie język w pozycji spoczynkowej (neutralnej) przesuwa się do tyłu do skrajnej pozycji i następnie powraca do poprzedniego położenia;

3) wysuwanie języka na zewnątrz jamy ustnej w kształcie grotu;

4) wysuwanie na zewnątrz jamy ustnej języka w kształcie grotu i wykonywanie poziomych ruchów wahadłowo od jednego do drugiego kącika ust (język nie powinien dotykać wargi dolnej, należy unikać współruchów żuchwy);

5) wysuwanie języka na zewnątrz jamy ustnej w postaci rozplaszczonej (kształt łopaty); język może zajmować różne pozycje względem warg i zębów: a) jest ułożony między wargami, które kontaktują się z nim od góry i od dołu, b) opiera się na wardze dolnej, c) nie dotyka zębów i warg, d) jest ułożony między zbliżonymi siekaczami, e) oparty jest jedynie na siekaczach dolnych;

6) lekko wysunięty z jamy ustnej język opiera się na dolnej wardze i przyjmuje na przemian kształt łopaty i grotu;

7) rozszerzanie i zwężanie masy języka wewnątrz jamy ustnej, opieranie go o dolne, a następnie o górne siekacze;

8) wysuwanie języka na zewnątrz jamy ustnej w kształcie łopaty i grotu, język nie dotyka zębów i warg;