

ĆWICZENIA USPRAWNIAJĄCE JĘZYK

- wysuwanie i cofanie języka;
- przenoszenie języka od kącika do kącika warg;
- wysuwanie języka na brodę i do nosa;
- oblizywanie dolnej wargi i brody;
- oblizywanie górnej wargi;
- ruch okrężny języka wokół warg (można wargi posmarować dżemem, miodem itp.);
- oblizywanie wewnętrznej strony warg (ruch u dołu, u góry i kolisty);
- wypychanie językiem policzków;
- unoszenie czubka języka do górnych zębów i dziąseł;
- klaskanie językiem;
- przesuwanie językiem po podniebieniu twardym w tył i w przód;
- wysuwanie szerokiego języka „łopata”;
- spłaszczanie i zwężanie języka;
- przyklejamy biszkopt, serek topiony, czekoladę na podniebienie twarde i do dziąseł i zachęcamy dziecko do ściągnięcia językiem;
- podajemy do żucia świeże cukierki mleczne: toffi, irysy, krówki;
- rozgniatanie czubkiem języka o podniebienie np. rodzynek;
- „spluwanie” z czubka języka skrawka papierka, przyklejonego doń prostopadle;
- pasek papierowy nakładamy na język wysunięty między zaciśnięte wargi i parszając wprowadzamy go w ruch (przy prawidłowej realizacji tego ćwiczenia wyczuwalne będą drgania papierka przytkniętego do dłoni)
- przy opuszczonej i nieruchomej żuchwie unosimy język do wałka dziąsłowego i wymawiając „t” zdmuchujemy paperek z dłoni;
- uwrażliwianie wałka dziąsłowego górnego: masowanie czubkiem języka, cmokanie, ssanie landryn, ciągnących cukierków, rozgniatanie kawałków banana na wałku dziąsłowym, rodzynek, andrutów, klaskanie.