*1. Ćwiczenia wzmacniające mięśnie warg*

- przesadne, głośne i dokładne wymawianie naprzemienne samogłosek: e-o-e-o-e-o (naśladujemy karetkę pogotowia), i-o-i-o-i-o (zabawa w naśladowanie osiołka), e-u-e-u-e-u (naśladowanie straży pożarnej);

- "Pajacyki" - naśladowanie min wesołego i smutnego pajacyka;

- „Wielbłąd” - zakładanie dolnej wargi na górną i odwrotnie - górnej na dolną;

- "Króliczek" - wysuwanie warg do przodu (wargi ściągnięte) i przesuwanie w kąciki ust: w prawo, w lewo, tak jakby królik chrupał marchewkę;

- „parskanie” - naśladowanie odgłosu zmęczonego konika, lub warkotu samochodu;

- „całuski dla mamy”, czyli głośne cmokanie ściągniętymi w dzióbek wargami;

- nadymanie jednego policzka i przesuwanie powietrza do drugiego (tak jakbyśmy płukali buzię wodą);

- nadmuchiwanie baloników, puszczanie baniek mydlanych;

- „Chudzinka” - wciąganie policzków do jamy ustnej;

- „Wąsy" - utrzymywanie słomki lub kredki między nosem a górną wargą;

- „Rybka" - powolne otwieranie i zamykanie warg wysuniętych do przodu;

- „Ptaszki" - wysuwanie do przodu mocno ściągniętych warg, gwizdanie przy ich lekkim rozchyleniu (fiu, fiu..).

*2. Ćwiczenia języka*

- „Zziajany piesek" - wysuwanie języka daleko na brodę;

- "Kotek" oblizywanie warg, mlaskanie, naśladowanie ruchu picia mleka z miseczki;

-„Jaszczurka" - zjadanie okruszków, płatków kukurydzianych, posypki z talerzyka posługując się tym razem tylko czubkiem języka;

- unoszenie języka wysoko w kierunku nosa;

- „Broda i wąsy" - sprawdzanie językiem, czy nie rośnie nam broda i wąsy;

-„Liczenie ząbków" - unoszenie czubka języka do górnych i dolnych zębów, dotykanie, „liczenie” językiem poszczególnych zębów;

- „Dentysta" - sprawdzanie językiem, czy w ząbkach nie ma dziur;

- „Wahadełko" - kierowanie języka w kąciki ust bez dotykania warg i zębów;

- „Wesoły źrebak” - kląskanie językiem (naśladowanie stukotu końskich kopyt);

- „Malowanie sufitu" - przesuwanie czubka języka od zębów do podniebienia miękkiego, tak jakby język był pędzelkiem i malował w buzi sufit;

- „Skacząca piłka " - wypychanie językiem prawego i lewego policzka, tak jakby do buzi wpadła piłeczka;

- „Wąż” - przeciskanie języka pomiędzy zaciśniętymi zębami;

- „Liczenie gwiazdek na niebie” – dotykanie czubkiem języka różnych punktów na podniebieniu;

-„Pada deszcz”- unoszenie języka do górnego dziąsła i opuszczanie go do dolnego dziąsła - usta otwarte, broda nieruchoma!

*3. Ćwiczenia podniebienia miękkiego*

- ziewanie z opuszczoną nisko dolną szczęką;

- kaszel z wysuniętym na zewnątrz językiem;

- płukanie gardła ciepłą wodą tzw. gulgotanie;

- chrapanie na wdechu i wydechu, chrząkanie, chuchanie;

- "Przeciąg" - wciąganie powietrza nosem i wypuszczanie buzią przy szeroko otwartych ustach;

- przenoszenie za pomocą słomki - wciągając powietrze - małych skrawków papieru - z kartki na kartkę lub chrupków kukurydzianych z pudełka do pudełka;

- picie gęstych soków, przez cienką rurkę

To tylko kilka przykładów tego, jak w zabawny sposób można pomóc naszym dzieciom w zdobywaniu sprawności prawidłowej artykulacji. Wykorzystujmy też naturalne sytuacje życiowe, które w sposób nieuświadomiony przyczyniają się do wzmocnienia mięśni języka, warg czy pozostałych narządów mowy i tym samym dadzą dziecku radość z mówienia;

- Po posiłku pozwólmy dziecku wylizać talerz językiem - jak kotek. To ćwiczenie mniej eleganckie, za to bardzo skutecznie gimnastykuje środkową część języka, pomaga też przy jego pionizacji.

- Po śniadaniu posmarujmy dziecku wargi miodem, kremem czekoladowym, dżemem itp. i poprośmy, aby zlizał je dokładnie, jak miś czy kotek.

- Kiedy dziecko ziewa nie gańmy go, lecz poprośmy, aby ziewnęło jeszcze kilka razy, zasłaniając usta-( ćwiczymy podniebienie i szczękę dolną).

- Podczas rysowania poprośmy dziecko, aby narysowało językiem kółko (dookoła warg) lub kreseczki (od jednego do drugiego kącika ust).

- Jeśli dziecko dostało lizaka zaproponujmy mu, aby lizało go unosząc czubek języka ku górze ( pionizacja).

Dmuchanie na talerz z gorącą zupą, chuchanie na zmarznięte dłonie, cmokanie, żucie pokarmów a nawet wystawianie języka to też ćwiczenia aparatu artykulacyjnego !!!!!!