

Przygotowanie narządów artykulacyjnych do wywołania głosek dźwięcznych

1. Nucenie melodyjek z głoskami: f, s, ś, sz (bez elementu wokalicznego)
2. Wyczuwanie „ciepło – zimno” w wydechu na dłoni
3. Wyczuwanie wibracji, przez dotknięcie głowy, zatkanie uszu
4. Praca nad większym napięciem mięśniowym warg: parskanie, nadymanie policzków, automasaż warg palcami – na boki i do przodu, gra na grzebieniu, harmonijce, mruczenie melodii, długie wymawianie mmm – aż wargi zaczną swędzieć; Wysuwanie i spłaszczanie warg złączonych, zakładanie wargi dolnej na górną i górnej na dolną, cmokanie: wargi ściągnięte; przesadna artykulacja głosek: a - i - o - e - u - y, a - i - u, a - e - u, itp.; nadymanie policzków i powolne wypuszczanie powietrza ustami lub nosem
5. Opuszczanie i unoszenie żuchwy ku górze, wykonywanie ruchów poziomych, raz z wargami rozchylonymi, raz z zamkniętymi; ruchy do przodu i do tyłu
6. Ćwiczenia języka: przesuwanie języka od kącika do kącika warg, oblizywanie dolnej i górnej wargi, oblizywanie ruchem okrężnym warg posmarowanych miodem lub dżemem, oblizywanie zewnętrznej i wewnętrznej strony zębów ruchem okrężnym, wypychanie językiem policzków, unoszenie czubka języka do zębów górnych i dolnych, kłaskanie językiem: czubkiem i środkiem języka
7. Ćwiczenia podniebienia miękkiego, ziewanie i chrapanie na wdechu i wydechu, naśladowanie kaszlu z językiem wysuniętym na zewnątrz jamy ustnej, wymawianie sylab: ak, ka, ku, uk, aka, oko, uku, eke, itd.