

15.05.2020 r.

## Propozycja ćwiczenia usprawniającego aparat mowy

### „ŚNIADANIE PUCHATKA”



Kubuś Puchatek obudził się rano, przeciągnął i bardzo mocno ziewnął (**ziewamy**). Poczul, że jego brzusek jest pusty. Wyruszył więc do lasu na poszukiwanie miodu. Szedł wyboistą ścieżką (**przesuwamy językiem po zębach na górze i na dole**) rozglądał się w prawo i lewo (**wysuwamy język do prawego i lewego kącika**). Próbował wyczuć gdzie jest dziupla z miodem (**kilka razy wdychamy powietrze nosem, a wydychamy ustami**), stanął przed wysokim drzewem. Spojrzał w górę (**językiem dotykamy górnej wargi**) i zobaczył dziuplę, z której wypływał pyszny miodzik. Kubuś zaczął więc wspinać się po drzewie. Sięgnął łapką do dziupli i wyjął ją oblepioną miodem. Oblizal ją całą dokładnie (**wysuwamy język z buzi i lekko ruszamy w górę i w dół**), wsunął łapkę ponownie i znowu ją oblizal. Podczas jedzenia Puchatek pobrudził sobie pyszczek. Musiał więc go wyczyścić. Oblizywał językiem dokładnie wargi, dotykał do kącików ust, a na koniec oblizywał ząbki (**usta cały czas szeroko otwarte**). Misiu poczul, że jego brzusek jest już pełen.

Zszedł z drzewa i ruszył w drogę powrotną. Musiał iść tą samą wyboistą dróżką **(dotykamy czubkiem języka do każdego zębka na górze i na dole)**, więc gdy doszedł do swojego domku był bardzo zmęczony **(wysuwamy język na brodę i dyszymy)**. Położył się do łóżeczka i zasnął **(chrapiemy)**.