**Cel:** Pionizacja języka



Prawidłowa pionizacja języka

Ćwiczenia pionizacji języka:

*Małpka myje zęby –* przy otwartych ustach, przesuwamy językiem po wewnętrznej stronie górnych zębów

*Osiołek liczy zęby –* otwórz szeroko buzię i dotykaj czubkiem języka każdego zęba na górze po wewnętrznej stronie. Zaczynaj od ostatniego zęba

*Hipcio malarzem –* przesuwaj czubek szerokiego języka po podniebieniu

*Kropki biedronki –* dotykaj czubkiem języka podniebienia w różnych miejscach

*Dzięcioł stuka –* uderzaj czubkiem szerokiego języka o podniebienie za górnymi siekaczami (jeśli broda się unosi, przytrzymujemy ją dłonią

***Żyrafa żołnierzem*** *–*otwórz szeroko buzię, ułóż szeroki język na wałku dziąsłowym za górnymi siekaczami i trzymaj go nieruchomo 5 sekund (potem 10 sekund, a może nawet 15 ☺) [ język powinien wyglądać tak jak na zdjęciu ☺]

**Ćwiczenia powtarzamy codziennie ☺**

\*

1. Na podniebieniu blisko wałka dziąsłowego za górnymi siekaczami przyklejamy kawałek papieru do jedzenia (pieniądze do jedzenia) lub opłatka potem próbujemy odkleić przy otwartych ustach szerokim językiem

2. Ssiemy niewielką ilość mleka w proszku, aż mocno przyklei się do podniebienia. Wtedy otwieramy buzię i próbujemy odkleić mleko szerokim językiem.

3. Na podniebieniu za górnymi siekaczami przyklejamy kawałek chrupka kukurydzianego, język zamieniamy w młotek i „przybijamy” chrupka żeby jak najmocniej się przykleił. Potem próbujemy odkleić szerokim językiem.

4. Zmieniamy sposób jedzenia lodów ☺ Loda trzymamy nieruchomo i liżemy szerokim językiem od dołu do góry (tak jakbyśmy chcieli namalować szeroki pasek, lub zagarnąć łyżeczką jak najwięcej).