

JĘZYCZEK MÓWI:

Zrób każde ćwiczenie i zamaluj kółko. Język ma być silny i lubić swój domek!

4–7 lat

Rozgrzewka · 3

Rozgrzewka języka

Lekcja 1. Najpierw rozgrzewka! Języczek pokazuje Syczkowi, jak język może liczyć ząbki, klaskać jak konik i malować sufit. Zrób to razem z nimi.



Liczymy ząbki

Czubkiem języka dotknij po kolei górnych ząbków — od środka.

○○○



Język w domku

Buzia zamknięta, czubek języka na wałku za górnymi zębami. Policz do 10.

○○○



Kotek po mleku

Obliż górną wargę dookoła — język nie wychodzi daleko.

○○○



Konik

Kląskaj: język przyssany do podniebienia i... stuk!

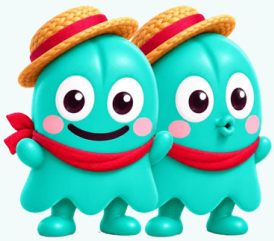
○○○



Malarz

Pomaluj językiem podniebienie od ząbków do tyłu.

○○○



Uśmiech z ząbkami

Szeroki uśmiech, ząbki razem — widać obie „płotki”.

○○○

Dla dorosłego

Silny, sprawny język łatwiej utrzymać za zębami — to podstawa pracy nad seplenieniem. **Jak ćwiczyć:** ćwiczcie przed lusterkiem. Przy każdym ćwiczeniu język wraca potem „do domku”. **Ćwiczymy:** pionizacja i siła języka.

naklejka

Zasady korzystania: https://niekazmuliczyc.pl/licencja/



JĘZYCZEK MÓWI:

Zrób każde ćwiczenie i zamaluj kółko. Szeroki uśmiech to klucz do syku!

4–6 lat

Rozgrzewka · 3

Rozgrzewka sycząca

Etap 1. Przed wyprawą Języczek robi rozgrzewkę: uśmiech, piesek, kocie wąsy. Bez szerokiego uśmiechu syk nie wróci!



Szeroki uśmiech

Uśmiechnij się tak, żeby było widać wszystkie ząbki. Na zmianę z dzióbkiem.

○○○



Dolne ząbki

Czubkiem języka policz dolne ząbki — od środka do boków.

○○○



Piesek dyszy

Szeroki, płaski język na dolnej wardze — dysz jak zmęczony piesek.

○○○



Kocie wąsy

Dotknij językiem kącików ust: raz z prawej, raz z lewej.

○○○



Balonik

Nadmuchaj policzki i wypuść powietrze wąską szparką: sss.

○○○



Grzeczny wąż

Uśmiech, ząbki razem, język za dolnymi zębami: sssss.

○○○

Dla dorosłego

Syczące wymagają uśmiechu i języka opartego o dolne zęby — te ćwiczenia przygotowują oba ruchy. **Jak ćwiczyć:** ćwiczcie przed lusterkiem. Przy każdym ćwiczeniu czubek języka wraca za dolne ząbki. **Ćwiczymy:** uśmiech, czubek języka na dole.

☆ naklejka

Zasady korzystania: https://niekazmuliczyc.pl/licencja/



JĘZYCZEK MÓWI:

Zrób każde ćwiczenie i zamaluj kółko. Język musi umieć wspiąć się na górkę!

5–7 lat

Rozgrzewka · 3

Rozgrzewka szumiąca

Przystanek 1. Na skraju lasu Języczek robi rozgrzewkę: dzióbek, huśtawka, górka. Bez tego nie da się szumieć! Ćwicz razem z nim.



Kaczy dzióbek

Usta mocno do przodu jak dzióbek. Przytrzymaj do pięciu.

○○○



Huśtawka

Język raz do nosa, raz do brody — buzia szeroko otwarta.

○○○



Język na górce

Czubek języka za górnymi ząbkami. Trzymaj, licząc do pięciu.

○○○



Malarz

Pomaluj językiem podniebienie od ząbków do tyłu.

○○○



Konik

Kląskaj językiem: stuk, stuk — jak kopytka.

○○○



Kotek po mleku

Obliż górną wargę dookoła, powoli.

○○○

Dla dorosłego

Szumiące wymagają uniesienia języka i zaokrąglenia ust — te ćwiczenia przygotowują oba ruchy. **Jak ćwiczyć:** ćwiczcie przed lusterkiem, powoli. Najważniejsza jest „górka”: język za górnymi ząbkami. **Ćwiczymy:** pionizacja języka, dzióbek.

naklejka

Zasady korzystania: https://niekazmuliczyc.pl/licencja/



JĘZYCZEK MÓWI:

Zrób każde ćwiczenie i zamaluj kółko. Język wygina grzbiet jak kotek!

3–5 lat

Rozgrzewka · 3

Rozgrzewka w ogrodzie

Ścieżka 1. Przy furtce Języczek robi rozgrzewkę: uśmiech, koci grzbiet, cisza. Ćwicz razem z nim — cichutko, żeby nie obudzić misia.



Szeroki uśmiech

Uśmiechnij się szeroko jak żabka, potem dzióbek. Na zmianę.

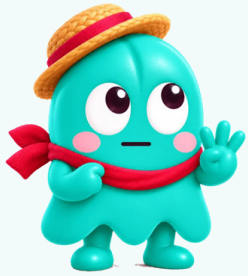
○○○



Koci grzbiet

Czubek języka za dolne ząbki, a środek języka wygnij do góry jak kotek.

○○○



Dolne ząbki

Czubkiem języka policz dolne ząbki.

○○○



Piesek dyszy

Szeroki język na dolnej wardze — dysz jak piesek.

○○○



Cisza!

Palec na usta i szepnij: ćśśś — jak przy śpiącym dziecku.

○○○



Ślimak

Język wychodzi powoli jak ślimak i chowa się do domku.

○○○

Dla dorosłego

Głoski ciszące wymagają uniesienia środka języka — „koci grzbiet” jest tu najważniejszy. **Jak ćwiczyć:** ćwiczcie przed lusterkiem, powoli. Czubek języka zostaje za dolnymi ząbkami. **Ćwiczymy:** uśmiech, środek języka do góry.

naklejka

Zasady korzystania: https://niekazmuliczyc.pl/licencja/



JĘZYCZEK MÓWI:

Na zmianę: uśmiech przy s, dzióbek przy sz. Powiedz każdą parę sylab!

5–7 lat

Sylaby · 3

Uśmiech i dzióbek

Zagadka 1. Listonosz ćwiczy przed pracą: uśmiech przy s, dzióbek przy sz. Zrób to razem z nim!



sa | sza | so | szo



su | szu | se | sze



za | ża | zo | żo



ca | cza | co | czo

Powiedz każdą sylabę wyraźnie i pokoloruj kamień. Skacz palcem od lewej do prawej!

Dla dorosłego

Pary sylab uczą szybkiej zmiany ułożenia ust: uśmiech — dzióbek — uśmiech. **Jak ćwiczyć:** przesadzajcie z minami: szeroki uśmiech przy sa, mocny dzióbek przy sza. Mówcie wolno. **Ćwiczymy:** różnicowanie w sylabach.

naklejka

Zasady korzystania: https://niekazmuliczyc.pl/licencja/