ĆWICZENIA WARG

Aby usprawnić wargi:

- cmokamy,
- parskamy, prychamy,
- na przemian robimy „dzióbek” i rozszerzamy usta,
- wydymamy, zaciskamy, rozluźniamy, masujemy wargi palcami,
- układamy wargi jak do wymawiania samogłosek: A, O, U, E, Y, I,
- przy zaciśniętych zębach, naprzemiennie zakładamy wargi na siebie.

1. Wymawianie na przemian „a-o” przy maksymalnym oddaleniu od siebie wargi górnej i dolnej.

2. Oddalanie od siebie kącików ust – wymawianie „iii”.

3. Zbliżanie do siebie kącików ust – wymawianie „uuu”.

4. Naprzemienne wymawianie „i – u”.

5. Cmokanie.

6. Parskanie (wprawianie warg w drganie).

7. Masaż warg zębami (górnymi dolnej wargi i odwrotnie).

8. Dmuchanie na płomień świecy, na watkę, na piórko lub piłkę pingpongową.

9. Układanie ust jak przy wymowie samogłosek ustnych, z wyraźną, przesadną artykulacją warg, np. w kolejności: a-i-o-u-y-e, u-a-i-o-e-y, o-a-y-i-u, e-y-i-o-a-u, u-i-y-a-o.

10. Wymowa samogłosek w parach: a-i, a-u, i-a, u-o, o-i, u-i, a-o, e-o itp.

11. Wysuwanie warg w „ryjek”, cofanie w „uśmiech”.

12. Wysuwanie warg w przód, następnie przesuwanie warg w prawo, w lewo.

13. Wysuwanie warg w przód, następnie krążenie wysuniętymi wargami.